

AGATA LEWANDOWSKA

Dietetyk na talerzu



Odchudzanie dla opornych

Z humorem o popularnych mitach żywieniowych,
częstych problemach osób na diecie
oraz ich postawach podejrzanych z boku

AGATA LEWANDOWSKA

Dietetyk na talerzu

Odchudzanie dla opornych



*Ewie,
która chciała, by powstała ta książka,*

*oraz Alinie i Gosi
– moim pierwszym czytelnikom*

PONIEDZIAŁEK, 10 KWIETNIA

Wbrew temu, co mówiła moja matka – udało mi się!

Tu, pośrodku przytulnego gabinetu z dywanem w kolorze zielonych jabłek, gustownymi meblami i dodatkami, jestem o krok od udowodnienia jej, że przez te wszystkie lata się myliła.

Słyszając dzwonek domofonu, rzucam ostatnie pełne zadowolenia spojrzenie na dopieszczone wnętrze, a potem biegnę do drzwi i otwieram je na oścież.

W polu mojego widzenia najpierw pojawia się głowa z natapirowanymi czarnymi włosami, następnie dość długa szyja, a w końcu reszta okazałej kobiety w wieku średnio zaawansowanym.

– Pani jest tą dietetyczką? – pyta nieufnie, zaglądając w przestrzeń za moimi plecami.

– Tak, oczywiście. – Uśmiecham się szeroko, chociaż zbija mnie to z tropu. Nigdy nie lubiłam tego terminu: „dietetyczka”. Może jestem mało nowoczesna, ale dla mnie brzmi to jakoś... sztucznie i lekceważąco. Jak polityczka. Albo w ogóle jakaś tyczka.

– Mhm – to jedyna odpowiedź kobiety, która mijając mnie, bezceremonialnie pakuje się do środka.

W moim gabinecie postawiłam na przytulność. Biurko, przy którym będę układać diety, ustawiłam w głębi pomieszczenia, przy oknie wychodzącym na ulicę. Od strefy spotkań oddzieliłam je ażurowym regałem na książki.

Pacjentów będę podejmować w komfortowych warunkach. Przy oknie wychodzącym na zielone podwórkę ustawiłam elegancką sofę na chromowanych nóżkach, pokrytą zamszowym obiciem w kolorze wielbłądzim. Naprzeciwnie mały,

kwadratowy stolik i nieprawdopodobnie wygodny fotel w głęboko brązowym odcieniu z wysokim profilowanym oparciem i szerokimi podłokietnikami. Fotel godny prezesa – jak zachwalał sprzedawca w sklepie meblowym. Mebel, który wybierałam z największą starannością i na który wydałam niemałą kwotę – wszak zamierzałam spędzać w tym fotelu długie godziny, realizując się w wymarzonej pracy.

Nie byłabym sobą, gdybym nie dodała jeszcze czegoś od siebie – dwie dekoracyjne poduszki, pozornie niedbale rzucone na Fotel Prezesa, dodają mu przytulności i domowego charakteru.

Teraz muszę użyć wszystkich sił, by utrzymać radosny uśmiech na twarzy, gdy widzę, jak moja wyczekana pierwsza pacjentka wygodnie sadowi się w Fotelu Prezesa, pośród miękkich poduszek w kolorze gorzkiej czekolady. Nie potrafię powstrzymać lekkiego westchnienia, idąc do biurka po podkładkę do pisania, długopis i formularz. Gdy wracam do pani Jadwigi, znowu jestem szeroko uśmiechnięta i staram się wyglądać na zrelaksowaną.

– Nie miałam okazji się przedstawić. Nazywam się Judyta Jodełka. – Wyciągam rękę do kobiety. – Witam serdecznie w moim gabinecie.

– Jadwiga Jeżyk. – Pacjentka boleśnie ściska moją dłoń i nie przestaje mi się podejrzliwie przyglądać. – Ile pani ma w ogóle lat?

Otwieram szeroko oczy.

– Dwadzieścia dziewięć – odpowiadam speszona i natychmiast tego żałuję. Cholera jasna. Może trzeba było zawyżyć wiek? A może odjąć sobie parę lat? – Dlaczego pani pyta?

– Bo wygląda pani na najwyżej dwadzieścia. – Pani Jadwiga wzrusza ramionami. – A w ulotce wyczytałam, że skończyła pani studia. Bo ja to ostatnio czytałam w gazecie, jak wybrać dietetyka.

- Tak? - Nie wiem, czy mam się teraz cieszyć czy martwić.
- No. W tych czasach to nigdy nie wiadomo. Pełno oszustów! - Kobieta unosi brwi narysowane czarnym ołówkiem. - To skończyła pani te studia czy nie?

- Oczywiście, że tak! - odpowiadam oniemiała.

Nie tak sobie wyobrażałam to spotkanie. To ja miałam zadawać pytania, a czuję się jak na rozmowie o pracę!

- Jak tak, to w porządku. Tylko ja potrzebuję dobrego dietetyka, jestem trudnym przypadkiem - oświadcza kobieta, wiercąc się w Fotelu Prezesa. - I teraz, tak po prawdzie, zastanawiam się, co taka młoda osoba w ogóle może wiedzieć?

- Zapewniam panią, że mam niezbędną wiedzę i doświadczenie, żeby pomóc - recytuję, próbując ukryć zażenowanie. - Odbyłam kilkumiesięczne praktyki w szpitalu na Banacha oraz staż w Klinice Leczenia Otyłości. A teraz, jeśli nie ma pani nic przeciwko, pozwolę sobie zadać kilka pytań, które pomogą mi zidentyfikować pani problem.

- A co tu identyfikować?! - oburza się pani Jeżyk, wskazując na brzuch obleczony w jaskrawoniebieską tkaninę. - Jestem za gruba, to przecież widać!

Pot występuje mi na czoło, chociaż w pomieszczeniu nie jest gorąco. Siadam głębiej w zamszowym siedzisku sofy i zdejmuję skuwkę z długopisu. Za oknem panuje niestety typowa wczesnowiosenna szarówka. Tęsknym wzrokiem spoglądam w stronę chromowanej lampy z regulowanym kloszem, którą ustawiłam obok swojego fotela, by wygodniej mi się pisało. Niestety. Muszę zagryźć zęby i wysilić mocniej swój nie najlepszy wzrok.

- Pani Jadwigo - zaczynam łagodnie. - To nie jest takie proste. Muszę panią zważyć na specjalnej maszynie i zadać pani wiele pytań dotyczących pani zdrowia i zwyczajów żywieniowych, żebym wiedziała, jak pani pomóc.

- No skoro pani musi... - Kobieta przewraca oczami. - To co chce pani wiedzieć?

- Przede wszystkim, czy jest pani na coś przewlekłe chora.

- Gdzie tam! Jestem zdrowa jak krowa.

Biorę głębszy oddech, żeby nie wybuchnąć śmiechem, słysząc to niecodzienne porównanie.

- A przyjmuje pani na stałe jakieś witaminy?

- Takie coś na paznokcie i włosy.

- Pamięta pani nazwę i skład tego preparatu?

Kobieta patrzy na mnie z powątpiewaniem.

- Kochanieńka, głowa nie śmietnik. Leży toto w kuchni, to biorę. No chyba że zapomnę.

Cały czas szeroko się uśmiechając, liczę w myślach do trzech.

- No dobrze, to sprawdzi pani w domu i powie mi następnym razem. A tak z ciekawości, widzi pani jakąś poprawę?

- Czy ja wiem, zawsze miałam mocne paznokcie.

Moje oczy otwierają się szeroko ze zdumienia. Trzy to za mało, muszę policzyć do pięciu.

- To... to po co pani to bierze?

- Sąsiadka powiedziała, że to dobre witaminy, to kupiłam. Myślałam, że może paznokcie mi szybciej urosną.

- Ale po co?

- Bo paznokcie to wizytówka kobiety! A sztuczne są drogie i upierdliwe, to chyba oczywiste. - Teraz pani Jadwiga patrzy na mnie ze zdumieniem. Dyskretnie rzucam okiem na moje krótko obcięte, niepomalowane paznokcie. - Zresztą to witaminy. Nie zaszkodzą, a mogą pomóc!

- Przeciwnie, pani Jadwigo! - oponuję. - Można sobie zaszkodzić, jak się łyka za dużo witamin! - Pierwszy przykład, jaki przychodzi mi do głowy, to przedawkowanie witaminy A (popularnie zażywanej „na skórę, włosy i paznokcie”), które może skutkować... łysieniem.

- Ale przecież nic mi nie jest! - Kobieta nie ukrywa zniecierpliwienia. Postanawiam tymczasowo skapitulować.

- No dobrze, zostawmy to na razie. Czyli te witaminy to jedyne, co pani bierze? - upewniam się.

- No nie, jeszcze co dzień rano łykam proszki na cholesterol.

- Ale... ale przecież mówiła pani, że nie jest na nic chora?

- A tam, taka choroba, ludzie mają gorsze. - Pani Jadwiga wzrusza ramionami i wznosi oczy do sufitu. - Poza tym, przecież jak biorę te proszki, to cholesterol mam już w normie.

Z żalem przyglądam się mojemu pokreślonemu formularzowi, którego szablon dopieszczałam na komputerze jeszcze dwie godziny temu.

- Pani Jadwigo, wszystko jest dla mnie ważne. Nawet takie, ekhm, szczegóły. Zależy mi na tym, by ułożyć dla pani jak najskuteczniejszą dietę. Czy jest jeszcze coś, o czym powinienam wiedzieć? Może cierpi pani często na niestrawność albo boli panią brzuch po jakichś produktach?

- Nie, skąd!

- Dobrze. Przejdźmy zatem dalej. Uprawia pani jakiś sport?

- Tak. - W głosie pani Jadwigi słychać dumę. - Chodzimy z sąsiadką na pilates.

- To świetnie! - cieszę się. - Jak często?

- W każdy poniedziałek i środę rano.

- Doskonale. Od jak dawna?

- Dwa miesiące zaraz będą. Ale nic nie schudłam!

- No cóż, pilates to świetne zajęcia, ale nie należą niestety do tych mocno spalających tkankę tłuszczową...

- No ale jednak ćwiczę! To coś powinno drgnąć! A ja chyba nawet przytyłam!

- Zaraz spróbujemy dojść do tego, dlaczego tak jest - uspokajam pacjentkę. - Proszę mi opowiedzieć po kolei, co pani zjada w ciągu dnia.

- No normalnie, jak wszyscy.

Czekam na rozwinięcie myśli, ale niestety - na próżno.

- A może pani trochę dokładniej? Muszę poznać pani zwyczaje żywieniowe, żeby wiedzieć, czy popełnia pani jakieś błędy.

- No dobrze, no to rano wstaję i piję kawę.

- Słodzi pani?

- Łyzeczkę - przyznaje się niechętnie pani Jadwiga, po czym nagle rozpromienia się. - Ale! Słodzę cukrem trzcinowym. Sąsiadka wyczytała w „Przyjaciółce”, że jest zdrowszy.

- Niestety, pani Jadwigo, cukier trzcinowy ma trochę więcej składników mineralnych, ale nie są to ilości olbrzymie - wręcz przeciwnie. A tymczasem wszystkie rodzaje cukru mają podobną zawartość kalorii i węglowodanów. Więc jeśli chodzi o dietę odchudzającą - na jedno wychodzi.

Już nie mówiąc o tym, że ludzie często kupują cukier brązowy, który zawiera dodatek karmelu i koło trzciny nawet nie leżał.

- To co ja mam robić?! - Pani Jadwiga wygląda, jakbym zachwiała podstawami jej świata.

- Żeby schudnąć, warto zrezygnować ze słodzenia.

- No ale ja nie lubię gorzkiej kawy! Jest wstrętne! - Pacjentka się krzywi.

- Można się przyzwyczaić, naprawdę - zapewniam. - Wiele osób z powodzeniem rezygnuje ze słodzenia! Ewentualnie, na jakiś czas może się pani przerzucić na słodzik naturalnego pochodzenia, na przykład ksylitol lub stewię.

Po minie pani Jeżyk widzę, że nie jest do końca przekonana.

- A pani słodzi?

Nagła kontra zbija mnie z tropu. Powinnam chyba przyzwyczajać się do tego uczucia.

- Nie.

- No tak, ale to w sumie o niczym nie świadczy. Pani nie wolno słodzić, przecież jest pani dietetyczką.

Zaczyna mi się kręcić w głowie. Nadludzkim wysiłkiem opanowuję drżenie rąk, by nie upuścić długopisu. Kupiłam go zaledwie wczoraj, razem z ostatnimi drobiazgami do gabinetu. Przejeżdżam palcami po zielonej obudowie. Kolor zielony od zawsze był moim ulubionym. Mówi się, że to kolor nadziei. Biorę głęboki oddech.

- Idźmy dalej. Co pani pije w ciągu dnia, oprócz kawy?

- No herbatę, czasem sok.

- A wodę?

Zmarszczony nos pani Jeżyk sugeruje, że chyba nie za często.

- Nie lubię.

- Proszę spróbować. Przyzwyczai się pani. Proszę mi wierzyć, to naprawdę ważne!

- No dobra, wiem, wiem. Wszędzie piszą o tej wodzie.

I słusznie. Odwodniony organizm ma mniejszą wydolność, zdolności koncentracji i zapamiętywania. Ponieważ wszystkie reakcje chemiczne w organizmie zachodzą w środowisku wodnym, jej niedobór może nawet utrudnić odchudzanie, bo tak zwane spalanie kalorii zachodzi wolniej i mniej efektywnie.

- Może pani dodać trochę cytryny albo listków mięty, żeby była smaczniejsza - doradzam.

- Coś wymyślę.

- Doskonale. To przejdźmy do posiłków. Co zjada pani na śniadanie?

- Nic. Ja nie jestem rano głodna.

- To o której jest pierwszy posiłek?
- Koło dziesiątej.
- A wstaje pani o...?
- O siódmej. - Wzdycha. - Pies nigdy nie da mi pospać dłużej. Niewdzięczne zwierzę!

- To troszkę za późno to śniadanie. Może pani w ten sposób spowolnić metabolizm - mądrzę się. - A co pani zjada o tej dziesiątej?

- No, zwykle to kanapki.
- A może pani opowiedzieć mi o tym śniadaniu dokładnie? Ile kanapek, z jakiego chleba, co na nich jest? - dopytuję.

Pani Jeżyk kiwa głową z politowaniem. Biedaczka, pewnie pomyślała, że moim sensem życia jest wtykanie nosa w sprawy innych.

- Czasem kupuję razowy chleb, ale czasem są kajzerki. Jem trzy, czasem cztery kromki z wędliną albo serem. Czasem gotuję jajka.

- Aha... Rozumiem. Smaruje pani czymś pieczywo?

- Mhm.

- Używa pani masła czy margaryny?

- Tak.

Zmuszam się, by domknąć zbyt szeroko otwarte usta. Podobnie jak wcześniej, nie mam co czekać na rozwinięcie myśli, a do zawrotów głowy dołącza szum w uszach.

- A czego konkretnie z tych dwóch?

- Czasem to, a czasem to drugie. Zależy, co kupię. Co to w ogóle za różnica?

- Gdyby nie było różnicy, to bym nie pytała. - Posyłam jej uprzejmy uśmiech, chociaż szum w uszach narasta i czuję się, jakby mózg gotował się w czaszce w sosie własnym.

Zarówno masło, jak i źle wybrana margaryna zawierająca kwasy tłuszczowe trans, mogą spowodować podwyższenie

poziomu cholesterolu, który pani Jadwiga próbuje zbić lekami. Ale to taki drobiazg...

- No dobra, to chyba częściej jest to masło.

- A potem, po śniadaniu, jest obiad czy jeszcze jakieś przekąski?

- To zależy. Czasem tak.

- Od czego zależy? - Przebiegam wzrokiem moje dotychczasowe notatki. „Czasem” jest chyba najczęściej pojawiającym się słowem na kartce. Ogarnia mnie zmęczenie.

- No od tego, czy mam ochotę.

- A dziś? - Ściskam mocniej długopis w kolorze nadziei. - Czy dziś coś pani przekąsiła przed obiadem?

- No tak, bo dziś byłam na pilatesie.

Nie widzę związku, ale patrzę na panią Jeżyk pytająco i cierpliwie czekam.

- No bo po pilatesie idziemy zawsze z sąsiadką na latte - pada wreszcie odpowiedź.

- Zatem wypila pani kawę. Jak rozumiem - słodzoną.

- Pewnie, przecież gorzka jest wstrętna. No i coś do kawy było.

- Co takiego?

- Eklerka. A właściwie to dwie, bo kawa była duża.

- Rozumiem... I chodzą panie na tę kawę zawsze po zajęciach? Od dwóch miesięcy?

- No tak.

- I od tamtej pory zdaje się pani, że przytyła?

- Mhm.

- A nie pomyślała pani, że może wszystkiemu winne są te ciastka?

Pani Jeżyk spogląda na mnie z urazą.

- No przecież chyba należy mi się jakaś przyjemność po tych ćwiczeniach? Poza tym sąsiadka wyczytała gdzieś, że

jak się ćwiczy, to można więcej jeść – oznajmia z triumfalnym uśmiechem.

– Obawiam się, że godzinne zajęcia pilatesu to za mało wysiłku, by można było zrównoważyć nim dwie eklerki. – Marszczę czoło. – A poza tym chce pani schudnąć, więc powinna pani dążyć do spożywania mniejszej ilości energii, niż pani potrzebuje. To się nazywa ujemny bilans energetyczny.

– No i po co ja mówiłam o tych ciastkach? – Pani Jadwiga rozgląda się spłoszona, jakby szukała ratunku. – Wiedziałam, że pani mi zabroni!

– Nie chcę pani niczego zabraniać. Chcę tylko, żeby osiągnęła pani swój cel. – Uśmiecham się, ale bez wzajemności. – To może teraz opowie mi pani, co jada pani na obiad?

– Obiad to dopiero wieczorem. Robię rano, żeby dzieciaki sobie odgrzały, a ja zjadam po pracy.

– No dobrze, to co w takim razie w ciągu dnia?

– Na drugą zwykle idę do pracy, chyba że mam wolne. No to do pracy biorę jakieś kanapki albo kupuję drożdżówkę po drodze.

– O której to pani zjada?

– Jak mam akurat czas. Pracuję w sklepie u szwagra, jak są klienci, to nie będę przecież jadła!

– A o której pani kończy?

– A, koło ósmej. Szwagier przyjeżdża i zamykamy.

– No dobrze, a o której pani wraca?

– Naprawdę musi pani to wszystko wiedzieć? Zamierza mnie pani odwiedzać? – żartuje pani Jadwiga. Odpowiadam uprzejmym, acz nieco już wymuszonym uśmiechem. – Zenek podwozi mnie do domu, to tak piętnaście, dwadzieścia po jestem na miejscu.

– I je pani wtedy ten obiad?

– Mhm.

- Co na przykład?
- No, normalnie... Albo kotletów nasmażę, albo czasem wątróbki. Czasem makaron w sosie, bo dzieciaki lubią. Czasem nagotuję zupy, to mamy na kilka dni.
- Zjada pani i zupę, i drugie danie na obiad?
- Czasami, ale zwykle to albo to.
- Do mięsa są jakieś ziemniaki, ryż, kasza?
- Ziemniaki zwykle. Kaszę to tylko czasem do gulaszu. Bo czasem też gulasz gotuję, średni syn bardzo lubi. - Pani Jadwiga nagle przestaje mówić i zastyga. - Jak to się w ogóle mówi? „Średni syn”? Skoro najstarsza jest córka, to już nie ma żadnego starszego syna, żeby średni był średni?

Otwieram oczy jeszcze szerzej, o ile to w ogóle możliwe, notując w pamięci, by w drodze powrotnej kupić krem przeciwko zmarszczkom mimicznym. Albo nie. Dzięki głębokim bruzdom na czole może uniknę posądzeń o zbyt młody wiek.

- Nie jestem pewna, ale „średni” brzmi w porządku. A warzywa? Jada pani warzywa do obiadu?

- Czasem tak. To zależy.

Zauważam, że mój charakter pisma nie wygląda już tak estetycznie jak na górze kartki.

- A zazwyczaj?
- Zazwyczaj to jakieś są. Ogórki kwaszone albo pomidory z cebulą, albo czasem surówki jakiejś kupię czy marchewkę z groszkiem mrożoną.

- A po kolacji? Zdarza się pani coś podjadać?

- Czasem tak.

Zdecydowanym ruchem odkładam formularz i długopis na stolik. Świetny ten mój „dokładny wywiad”.

- Może teraz się zważymy? - proponuję uprzejmie.
- To naprawdę konieczne? - Pani Jadwiga zapada się głębiej w Fotel Prezesa, jakby bała się, że waga ją ugryzie.

- Obawiam się, że tak - mówię zdecydowanie. - Potrzebuję tych wyników, żeby dopasować pani dietę.

- Ale ja mogę pani powiedzieć, ile ważę! - Pacjentka nadal się broni.

- Pani Jadwigo, naprawdę potrzebuję dokładnych danych.

- Starannie akcentuję sylaby. Kobieta niechętnie się zgadza, burcząc coś pod nosem, i wreszcie udaje nam się dokonać aktu ważenia i pomiaru składu ciała. Spora nadwaga jest oczywista, a wydruk z wagi potwierdza to, co zaobserwowałam. Pani Jadwiga musi schudnąć ponad dwadzieścia kilogramów.

- No dobrze, pani Jadwigo, wszystko już wiem. Ułożę pani jadłospis, który pomoże pani schudnąć... - zaczynam.

- Jak to ułoży pani?! - przerywa mi kobieta. - Myślałam, że dziś dostanę dietę!

- Pani Jadwigo, nie mam gotowych diet, bo...

- To ładnie się pani przygotowała! - Narysowane ołówkiem brwi znowu marszczą się groźnie.

- ...bo układam jadłospisy indywidualnie dla każdego - kończę. - Wierzę, że to najlepszy sposób, żeby dieta była skuteczna, a pacjent zadowolony.

Muszę się już naprawdę starać, by mój głos nie brzmiał płaczliwie. Kanapka zjedzona na śniadanie wędruje niebezpiecznie wstecz w kierunku przełyku.

- To kiedy go dostanę? - Ton głosu pani Jeżyk nieznacznie łagodnieje.

- Myślę, że najpóźniej jutro po południu.

- Ale ja nie będę wiedziała, co jeść do tego czasu! - Pani Jadwiga rozkłada dłonie w geście bezradności.

Powstrzymuję westchnienie.

- Umówmy się może, że to, co do tej pory, tylko bez słodyczy, dobrze?

Kobieta patrzy na mnie podejrzliwie, ale po chwili się uśmiecha.

- Dobra. W takim razie przyjdę jutro. A nie, po południu przecież w sklepie będę! To przyślę Jureczka. To syn mój, ten średni. Bo mam jeszcze młodszego. No i córkę, mówiłam pani.

- To jesteśmy umówione. - Uśmiecham się blado. - Proszę powiedzieć Jurecz... to znaczy średniemu synowi, żeby był po szesnastej. Przygotuję jadłospis i przepisy. W razie czego, proszę do mnie zadzwonić albo napisać SMS-a czy maila.

- Maila napiszę! - Kobieta klaszcze w dłonie. - Syn mój najmłodszy, Jaruś, nauczył mnie wreszcie, jak tego maila wysyłać. Założył mi nawet tę, wie pani, skrzynkę! Muszę pani powiedzieć, że na początku nie byłam przekonana, ale teraz w sumie bardzo się cieszę na tę dietę. Od dwudziestu lat próbuję schudnąć, i może to nawet lepiej, że ktoś wreszcie postara się zrobić to za mnie!

* * *

- Pierwsze koty za płoty. - Moja przyjaciółka Kamila łypie na mnie w lustrzanych drzwiach szafy, poprawiając prostą jak linijka, czarną grzywkę.

Osuwam się głębiej w poduszki sofy, rozcierając skronie. Czuję, jakby stalowa obręcz zaciskała mi się na czaszce. Chciałam odwołać nasze świętowanie pierwszego dnia nowej pracy, ale Kamila nie omieszkała przypomnieć, że poprzekładała inne sprawy, żeby tu być. Poza tym - i tak by przyszła.

Siedzimy w moim mikroskopijnym mieszkaniu na Bródnie. Kawalerka z oknami wychodzącymi na wschód, aneksem kuchennym i łazienką ma dwadzieścia cztery metry kwadratowe. Gdy się tu sprowadziłam, użyłam wszystkich swoich

dekoratorskich zapędów i mocy, by ograniczyć to klaustrofobiczne wrażenie, które wywoływała. Jej urządzenie było nie lada wyzwaniem. Po dwóch latach mogę z czystym sumieniem powiedzieć, że się udało. Jasne, pastelowe barwy i dużo bieli, lustrzana szafa ukryta w ścianie, lekkie meble, miękkie tkaniny i wszystko wymierzone co do centymetra, tak by było ładnie, ale też funkcjonalnie. Teraz z lekkim niepokojem obserwuję kieliszek czerwonego wina balansujący w dłoni Kamili, tuż nad białym, futropodobnym dywanikiem.

- Pij. - Kamila opada na sofę, która jest zarazem łóżkiem, meblem gościnnym i moim prywatnym centrum dowodzenia, a następnie zatapia rękę w misce z chipsami i popcornem. Oddycham z ulgą, gdy kieliszek ląduje bezpiecznie na stoliku.

Zamierzałam przygotować zdrowe przekąski, ciasteczka kakaowe z fasoli i batoniki owsiane, ale zamiast tego przeleżałam bez życia całe popołudnie i jedyne, na co było mnie stać, to pokrojenie w słupki kilku marchewek oraz wciśnięcie cytryny do dzbanka wody. Kamila, kupując prowiant, dokonała zaś wyborów żywieniowych właściwych sobie, dlatego kwadratowy szwedzki stolik zaścielają rozmaite słodczyce i słone przegryzki, z gatunku tych, których stanowczo zakażuję moim pacjentom.

- Daj spokój. Głowa mnie boli. - Zaciskam powieki. - Zresztą alkohol tuczy i jest szkodliwy.

- Nie pieprz! - Kamila prycha. - Jak boli, to masz pięćdziesiąt procent szans, że przestanie. Albo zaczniesz boleć jeszcze bardziej, ale i tak już zdychasz, więc co za różnica?

Milknie i przez chwilę słyszę tylko głośne chrupanie chip-sów.

- Było aż tak źle? - pyta w końcu.

- Tak. Nie. Nie wiem. - Dźwigam się ciężko i sięgam po szklankę z wodą. - Po prostu inaczej to sobie wyobrażałam.

Były tylko trzy osoby, ale ta kobieta... Po jej wyjściu czułam się, jakby ktoś spuścił ze mnie powietrze.

- To napuść sobie powietrza i przestań pieprzyć. - Kamila bierze duży łyk i zagryza popcornem. - Miałysmy świętować, to świętujemy! Przynajmniej nie pracujesz już w VitMexie. Cały czas narzekałaś, że się nudzisz! Teraz mogłabyś już sobie darować. Skoro już pierwszego dnia trafił ci się trudny przypadek, to przynajmniej jest ciekawie.

Może Kama ma rację. Gdy pięć lat temu kończyłam ten przyszłościowy kierunek, jakim jest żywienie, przyszłości dla mnie jeszcze nie było, a praca w charakterze specjalisty do spraw sprzedaży detalicznej preparatów witaminowych była jedyną najbliższą wykształceniu kierunkowemu, jaką udało mi się zdobyć.

Przez te lata regularnie podglądałam powstające gęsto poradnie dietetyczne i zazdrościłam ludziom, którzy w nich pracowali. Zawsze marzyłam przecież o byciu dietetykiem z prawdziwego zdarzenia, o pomaganiu ludziom i ciekawych przypadkach, a nie o dystrybucji lakonicznych ulotek do aptek.

- Kama, a co, jeśli...

- Uuu, wyczuwam pieprzenie! - przerywa mi moja nieociekana przyjaciółka. - Skup się lepiej na swoim pokarmie dla królików.

Posłusznie sięgam po marchewkę. Niestety każdy gryz to jak eksplozja wulkanu dla mojej bolącej głowy.

- A tak w ogóle... - odzywa się Kamila z pełnymi ustami. - Musisz mnie odchudzić! W sierpniu mamy wyjazd integracyjny. Do Sopotu. Będzie tam Krystian. Wiesz, to siłowniowe ciacho. Nie może mnie zobaczyć z tymi zwałami tłuszczu!

- Kama, on widzi cię codziennie - stękam i od razu żałuję, gdy dociera do mnie, co powiedziałam.

- Ale z ciebie cipa!

- Miałam na myśli...
 - Cipa! - Kama z impetem odstawia kieliszek na stolik. Kilka bordowych kropel ląduje na kremowym bieżniku w złota-we paseczki.
 - Odczep się! - Prostuję się. - Sama powiedziałaś...
 - Powiedziałam, że nie może mnie zobaczyć w bikini!
 - Kama...
 - Zaraz, czy ty uważasz, że jestem gruba? - Przyjaciółka z typowym dla siebie wdziękiem przeskakuje przez podłokietnik sofy, oszczędzając tym samym jakieś półtorej sekundy, i ląduje z powrotem przed lustrzanymi drzwiami szafy wnękowej. - To znaczy, no wiadomo, że jestem, ale czy TO WIDAĆ?! Przecież, no zobacz, luźna tunika, wąskie rurki, marynarka, wszystko jak trzeba! Kurwa, wiedziałam, że lepiej założyć tę czarną bluzkę, czarne wyszczupla...
 - Kama!
- Kamila przerywa krytyczną analizę swojego ubioru i wbija we mnie nienawistny (chyba) wzrok.
- Ale to - sapie - że ty masz dobre geny i jesteś nadal przed trzydziestką...
 - Kama, skończyłaś trzydzieści lat miesiąc temu...
 - ...nie znaczy, że możesz mi wypominać!
 - Nic ci nie wypominam. Ale skoro już się porównujemy, zobacz, co ja jem, a co ty...
 - Jak lubisz żarcie dla gryzoni, to je sobie jedz! - Kama zarzuca krótką, czarną czupryną à la Kleopatra. - Ja nie jestem stworzona do jedzenia korzonków!
 - To też pewnie wina genów! - Nie mogę się powstrzymać.
- Wstaję, chwytam mój biedny (już nie tylko) kremowy bieżnik i niosę go do łazienki, żeby zaprać plamę, zanim weźre się na stałe.
- To jak, odchudzisz mnie czy nie?! - Dobiega mnie błagalny jęk z pokoju.

- A może po prostu idź z Krystianem na siłownię?! - od-
krzykuję.
- Ty to jednak jesteś cipa!

*GODZINNE ZAJĘCIA PILATESU TO ZA
MAŁY WYSIŁEK, BY MOŻNA NIM BYŁO
ZRÓWNOWAŻYĆ DWIE EKLERKI.*

PIĄTEK, 21 KWIETNIA

– Wcale nie schudłam!

Pani Jadwiga z grymasem na twarzy mości się na sofce. Tym razem przed jej przyjściem przezornie rzuciłam na Fotel Prezesa marynarkę i notes, tym samym zajmując sobie miejsce, i teraz cieszę się miękkością czekoladowych poduszek.

– Zaraz zobaczymy na wadze. – Uśmiecham się promiennie. Po pierwsze dlatego, że w kwestii diety nie mam sobie nic do zarzucenia, a po części dlatego, że pani Jeżyk jest jedną z zaledwie trzech pacjentek, które odwiedziły mnie w ciągu pierwszych dwóch tygodni pracy. Tak. Wszystkie te trzy osoby przyszły pierwszego dnia i od tamtej pory nie pojawiła się żadna następna.

– Nie chcę się ważyć. Ja wiem, że przytyłam.

– Ale ja muszę panią zważyć, żeby wiedzieć, czy dieta działa, i co ewentualnie trzeba poprawić.

– To ja pani mówię, że nie działa. I że przytyłam!

Gdy po kolejnych pięciu minutach udaje mi się przekonać obrażoną pacjentkę do wejścia na analizator, moim oczom ukazuje się wynik umiarkowanie optymistyczny. Wprawdzie pani Jadwiga nie przytyła, jak uparcie twierdziła jeszcze kilka minut temu, ale ubytku wagi też próżno szukać.

Cholera jasna. Na tyle, na ile się dało, oszacowałam, ile pani Jeżyk spożywa dziennie kilokalorii, obliczyłam spoczynkową przemianę materii i określiłam jej współczynnik aktywności fizycznej. Otrzymawszy wynik, odjęłam na dobry początek pięćset kilokalorii na każdy dzień, co powinno spowodować utratę około pół kilograma tygodniowo. Co mogło pójść nie tak?

- Przestrzegająca pani diety? – pytam.
- No pewnie! – Pani Jeżyk patrzy na mnie z wyrzutem. – Zjadłam wszystko, co pani mi kazała.

- To dobrze. Ale dziwne, że nic nie ruszyło. Może w takim razie musimy ustalić jeszcze niższą kaloryczność.

Na przykład deficyt siedmiuset, może ośmiuset kilokalorii dziennie. Albo przyjąć założenie, że pani Jeżyk jadła przed dietą więcej, niż mi powiedziała.

- No dobra, jak trzeba, to trzeba. Ja chcę widzieć efekty!

- A nie była pani głodna podczas diety?

- Głodna? Nie. To znaczy na początku, ale – tu będzie pani ze mnie dumna – postanowiłam, że będę podjadać tylko zdrowe przekąski!

Unoszę głowę znad notesu i wbijam w nią nierozumiejące spojrzenie.

- Jakie przekąski?

- No normalne, zdrowe: orzechy, niesolone! Pestki dyni. I jabłka. Trzeba jeść, póki są!

- Często pani podjadała te orzechy i jabłka? – Mój głos jakby słabnie.

- I pestki dyni – uzupełnia pani Jadwiga z dumą. – No właściwie to codziennie. Czasem dwa razy, bo po pilatesie chciało mi się coś słodkiego, to brałam jabłko.

- Pani Jadwigo, ale przecież powiedziała pani, że jadła to, co kazałam?

- No tak. Wszystko to, co pani kazała, i te zdrowe przekąski. Nic więcej!

- Ale... tak nie można!

- A skąd ja to miałam wiedzieć?

- Ze wskazówek, które spisałam pod przepisami. Jedna z nich zabraniała podjadania między posiłkami.

- To tam było coś takiego? – Pani Jadwiga wysila pamięć. – Aaa, może i było. Ale pewnie pomyślałam, że chodzi o słody-

cze.

- Skoro podjadała pani dużo różnych rzeczy między posiłkami, to wcale się nie dziwię, że pani nie schudła.

- No ale co też pani mówi! Przecież nie jadłam słodczy. Eklerki nie tknęłam ani razu! A owoce i orzechy są zdrowe i nie tuczą!

- Kto pani tak powiedział?

- Celina.

- Kto? - Zaczynam się zastanawiać, czy nie jestem w jakiejś ukrytej kamerze.

- Moja sąsiadka - oświadcza z godnością pani Jeżyk. - Ona się interesuje żywieniem i dietami.

Ogarnia mnie coraz większe zdumienie.

- Ale to nieprawda! Owoce zawierają cukier, a orzechy i pestki dużo tłuszczu. Są zdrowe, ale kaloryczne i na pewno nie można ich jeść bezkarnie w dużych ilościach. A już na pewno nie między posiłkami! I nie podczas diety odchudzającej, która jest już opracowana i przeliczona.

- To pani mi tego nie powiedziała, jak tu byłam ostatnio. - Narysowane ołówkiem brwi marszczą się w gniewnym grymasie.

Skąd mogłam wiedzieć, że ktoś wpadnie na taki pomysł?

- A kawę pani słodziła? - przechodzę do ofensywy.

Trafiony, zatopiony. Mina pani Jeżyk uosabia teraz chodzącą niewinność, a oczy wędrują jak gdyby nigdy nic w kierunku fotografii soczystych pomarańczy na ścianie.

- Tylko troszeczkę.

- No to troszeczkę pani nabroiła.

„Troszeczkę” to prawdziwa dyplomacja z mojej strony. Pani Jadwiga prawdopodobnie wypełniła kaloriami cały deficyt energetyczny, który jej stworzyłam.

- Następnym razem proszę nie podjadać między posiłkami i nie słodzić kawy, to wszystko powinno być w porządku.

- No zaraz, ale przecież orzechy są naprawdę bardzo zdrowe! Celina mi opowiadała. Leczą raka, depresję, pomagają na skórę, włosy, serce... - wylicza pani Jeżyk.

Mam ochotę westchnąć, słysząc ten wycinek popularnonaukowej wiedzy, szeroko dostępnej w prasie, telewizji i Internecie. Znajomi dietetycy praktycy ostrzegali mnie, że pacjenci często przychodzą do gabinetów i poradni bardzo wyedukowani. Niestety, przeważnie jest to edukacja chałupnicza, pobieżna i koślawą.

- Może nie do końca to wszystko, co pani mówi, się zgadza, ale to prawda, że orzechy mają wiele cennych składników. Tylko że pani się odchudza, a te kalorie...

- A jak mi wszystkie włosy wypadną? - Kobieta gładzi z niepokojem wydatną, natapirowaną konstrukcję.

Przypomina mi się witamina A.

- Proszę się zdać na mnie - odpowiadam stanowczo. - Dieta nie pozbawi pani włosów. A ja bym chciała, żeby przy okazji pomogła też pani schudnąć.

Dostrzegam błysk zrozumienia w oczach pani Jadwigi.

- No niech będzie. Tylko jest jeden problem.

- Jaki? - Spoglądam na nią zbита z tropu.

- No bo bez tego podjadania, to ja będę głodna!

Po kolejnych dziesięciu minutach zapewniania, że tym razem postaram się wymyślić bardziej sycące posiłki, nasze spotkanie powoli dobiega końca.

- Może ma pani jeszcze jakieś pytania? - zagaduję uprzejmie, odprowadzając panią Jeżyk do drzwi.

- Nie, chyba to wszystko. Jakby co, napiszę SMS-a. Albo lepiej maila!

Co do tego nie mam wątpliwości. Do tej pory, w ciągu niespełna dwóch tygodni, dostałam już takich maili sześćdziesiąt osiem. Młodszy syn pani Jeżyk wykonał solidną robotę, ucząc matkę posługiwania się nowoczesną technologią.

Dziwnym trafem jednak, we wszystkich tych sześćdziesięciu ośmiu mailach pani Jadwiga akurat o orzechy i jabłka nie zapytała.

- A! Zapomniałabym. - Pacjentka klepie się otwartą dłonią w czoło. - Bo ja poleciłam panią kuzynowi. Przyjdzie tu do pani. To taki dalszy kuzyn od strony matki. Tylko mama moja nie rozmawia z jego matką od kilku lat, bo... a zresztą nieważne. Ale on jest strasznie gruby i jak wpadłam na ulicy ostatnio na jego żonę, to tak się zgadałyśmy...

- A jak się nazywa ten pan? Nikt do mnie nie dzwonił.

- A tak, no nie dzwonił. Bo my się tak zgadałyśmy z tą jego żoną, że skoro ja kończę tu z panią koło wpół do drugiej, to on przyjdzie zaraz po mnie.

Patrząc na nią oniemiała. To wspaniale, szkoda tylko, że nikt nie uwzględnił mnie w tym całym zgadywaniu.

- Pani Jadwigo, jestem pani bardzo wdzięczna, że mnie pani poleciła - odzyskuję głos - ale na przyszłość proszę o telefon, bo przecież mogłam mieć inne spotkanie...

- A ma pani? - Pani Jeżyk jest autentycznie zdziwiona.

- No dziś akurat nie, ale...

- No to całe szczęście. Ja lecę. Do zobaczenia!

Zamknąwszy drzwi, opieram się o nie plecami i przysmykam oczy. To prawda, że nie mam żadnego spotkania, ponieważ cholerny kalendarz świeci pustkami. Ale o czternastej, nieświadoma swoich zobowiązań, umówiłam się na lunch z Mateuszem. Jego bank jest niedaleko mojego gabinetu i uzgodniliśmy, że przynajmniej dwa razy w tygodniu będziemy jadać wspólnie. Teraz trzeba to będzie przełożyć. Trudno, nie ma co narzekać. Każdy nowy pacjent jest na wagę złota.

Właśnie skończyłam pisać krótkiego SMS-a do ukochanego, gdy świdrujący dźwięk dzwonka poderwał mnie z krze-

sła. Daję sobie chwilę na trzy głębokie oddechy i otwieram drzwi z szerokim uśmiechem.

Pierwszy wchodzi mężczyzna koło sześćdziesiątki, ubrany w przetarte, granatowe ogrodniczki, spięte paskiem pod okazałym brzuchem. Szary podkoszulek pod rozpiętą kurtką wykazuje oznaki kilkudniowego noszenia.

Za jego plecami sunie kobieta na oko z dziesięć lat młodszą, ubrana nieco bardziej elegancko – w falbaniastą spódnicę do ziemi, miętowy żakiet i ciemny płaszcz. Tuż za nią idzie młoda blondynka cała w beżu i nastolatka w różowej kurtce i adidasach, dzierżąca w dłoni równie różowego smartfona.

– Jestem Szczepan Szyszka – mówi mężczyzna, jakby to miało coś wyjaśniać, i rozgląda się naokoło, lustrując otoczenie.

Podaję mu rękę, patrząc pytająco na gromadkę, która ledwie zmieściła się w małej poczekalni.

– Przyszliśmy zainterweniować. – Kobieta w miętowym żakiecie uśmiecha się do mnie przepraszająco. – Jestem Stanisława. Stasia. Mąż troszkę grymasił, że ma tu przyjść, więc postanowiłam, że przyjdziemy wszystkie i będzie mu różniej.

Zerkam na pana Szczepana i nie mogę się dopatrzeć żadnych oznak świadczących o tym, że jest mu różniej. Zamiast tego dostrzegam irytację, zniecierpliwienie i coś, czego nie mam ochoty nawet interpretować.

– To są Sylwia i Sabinka, nasze córeczki – kontynuuje niezrażona kobieta. – Im też zależy na tym, żeby pomóc tatu-siowi, prawda?

Córeczka numer jeden w beżowych spodniach i gustownej dwurzędowej kurteczce w tym samym kolorze energicznie kiwa głową. Córeczka numer dwa jest nieco mniej wylewna,

ale cichy pomruk znad ekranu telefonu wystarcza jej matce za potwierdzenie.

Kiwam głową ze zrozumieniem, chociaż tak naprawdę niczego nie rozumiem, i zapraszam wszystkich do gabinetu. Problemem okazuje się brak wystarczającej liczby mebli do siedzenia. Po krótkiej, acz niezręcznej chwili, donoszę krzesła z poczekalni. I tak nikt już nie będzie tu dziś czekał. Chyba.

Niestety, gdy wracam objuczona dwoma niezbyt lekkimi krzesłami, odkrywam, że pani Stanisława ze swoją starszą, beżową córką zajęły sofkę, a pan Szyszka zdążył usadowić się wygodnie w Fotelu Prezesa. Gdzieś z głębi pokoju rozlega się ciche pikanie mojego telefonu. Z ledwo słyszalnym jękiem stawiam krzesła tak, by patrzeć na wszystkich mniej więcej na wprost, i siadam na jednym z nich. Drugie zajmują Sabinka i jej różowy smartfon.

- W czym mogę pomóc? - pytam, nie wiedząc do końca, czy pytanie mam kierować do pana Szyszki czy jego żony.

- Kazały mnie tu przyjść - oświadcza pan Szczepan.

- Mąż ma nadciśnienie i za wysoki cholesterol - tłumaczy pani Stanisława, popierana energicznymi kiwnięciami głowy starszej córki. - I, jak widać, ma też trochę problem z wagą. Chcemy mu pomóc.

- Nie będę jadł samej sałaty! - Pan Szyszka krzyżuje ręce na piersi w obronnym geście.

- To nie będzie konieczne. - Uśmiecham się. - Proszę mi opowiedzieć o swoim trybie życia. Postaram się tak dobrać dietę, żeby nie była dla pana zbyt dużym obciążeniem.

- Gadanie! - obrusza się mężczyzna. - Już ja to znam. Te wasze babskie dietetyczne bzdety. Wymyśla je banda dziwaków, którzy nie jedzą mięsa i gotują zupy z glonów!

Przez kolejną niezręczną chwilę nie wiem, co powiedzieć.

- Tatusiu! - Sylwia wyrusza mi na odsiecz. - Umawialiśmy się!

Pani Stanisława posyła mężowi ostrzegawcze spojrzenie. Pan Szyszka wznosi oczy do sufitu i tymczasowo powstrzymuje się od dalszych komentarzy, dzięki czemu udaje mi się przeprowadzić jako taki wywiad żywieniowy.

- Dobrze. To już co nieco wiem - podsumowuję po pięćdziesięciu pięciu minutach. - Uważam, że jada pan zbyt duże porcje. A z uwagi na pana stan zdrowia polecam zmniejszyć ilość przede wszystkim wieprzowiny, pieczywa, śmietany i masła.

- Co za bzdura! - Pan Szyszka rzuca mi pełne nagany spojrzenie. - Mój ojciec jadał dwie kostki masła tygodniowo! I to takiego prawdziwego wiejskiego, a nie toto, co teraz w sklepach. A co dzień w polu zjadał dwa pęta kiełbasy i wieczorem gulasz z wieprzka z chlebem. Bez tego siły by nie miał. I był zawsze chudy!

Biorę głębszy oddech.

- No dobrze, a pan też pracuje codziennie w polu jak tata?

- Skąd! Ja robię w biznesie. Handluję częściami do aut.

- To chyba ma pan trochę ruchu?

- Gdzie tam! Po co? Człowiek teraz wszystko może załatwić telefonem i Internetem.

Sabinka na dźwięk znajomego słowa unosi głowę po raz pierwszy, odkąd tu usiadła.

- Rozumiem... - mówię powoli. - Ale oprócz tego, że dieta wpływa na wagę, jest też niezbędna, by poprawić pana wyniki badań.

- Słuchaj, Szczepanku - wtrąca gorliwie pani Stanisława - pani dietetyczka ma rację!

Uśmiecham się do niej z wdzięcznością.

- A czy pana tata oprócz tego, że chudy, jest też zdrowy?

- Nie no, ojciec to już nie żyje. Umarł na zawał.

Odkładam notes na kolana i patrzę to na mojego pacjenta, to na jego małżonkę. Niewypowiedziane pytanie zawisa w powietrzu.

- Ale to z jedzeniem nie ma nic wspólnego! - Pan Szczepan macha ręką. - Po prostu kopcił jak komin! Zawsze mówiliśmy, że to go kiedyś zabije.

Spoglądam dyskretnie za zegarek: piętnasta szesnaście. Szansa na lunch z Mateuszem przepadła bezpowrotnie, a ta wizyta nawet nie zbliża się do końca.

- Pomówmy może o ustaleniach do diety - proponuję. - Czy jest coś, czego pan nie lubi?

- Mąż nie jada słodkich owoców i nie znosi szpinaku - odpowiada pani Stanisława. - I warzyw mało je.

- Co ty opowiadasz, przecież ostatnio jadłem jabłka! - oburza się pan Szczepan.

- Ale były z cukrem i kruszonką - wtrąca Sylwia.

- A kruszonki więcej niż jabłek - uzupełnia jej matka.

- No to chyba też jabłka! Weźcie mnie nie denerwujcie, do pioruna jasnego! Wyjdę na jakiegoś kapryśnego mięczaka!

Kobiety milkną, co skrzętnie wykorzystuję, by zadać kolejne pytanie.

- Czyli jabłka i szpinak w diecie mogą się pojawić?

- No gdzie szpinak? Przecież to paskudna zielona breja, jak glony jakieś. Ja nie wiem, jak to można jeść! Trzeba być niespełna rozumu.

Zaciskam usta, myśląc o swoim wczorajszym obiedzie: razowe penne ze szpinakiem, mozzarellą i pieczarkami.

- Rozumiem - przytakuję. - A inne warzywa pan lubi?

- No, czasem zjem pomidora, ogórka...

- Plasterek do kanapki. To za mało! Prawda, proszę pani? - Pani Stanisława szuka mojego wsparcia.

- Zdecydowanie dobrze byłoby jeść więcej, tak ze czterdzieści-pięćdziesiąt deko dziennie - mówię.

- A co ja zwierzę jestem? Krowa na polu? - Pan Szczepan uderza dłonią podłokietnik fotela. MOJEGO fotela. - ZIELSKO można czasem zjeść, ale bez przesady!

- Wie pan... - Staram się zachować spokój i pogodny wyraz twarzy. - Ja codziennie jem warzywa do prawie każdego posiłku. I to jest zdecydowanie do zrobienia.

- Wiadomo, że kobita to inaczej. Ale chłop nie królik, musi dobrze zjeść, bo siły nie będzie miał!

- Możemy i powinniśmy włączyć też do diety składniki obniżające cholesterol. - Udaję, że tego nie słyszałam. - Śmietanę można zastąpić jogurtem, a masło margaryną ze sterolami, czyli takimi substancjami, które pomagają obniżyć cholesterol. Mięsa też nie trzeba jeść każdego dnia, żeby mieć siłę. Białko możemy dostarczyć na różne sposoby: są jeszcze ryby, biały ser, jajka, fasola, groch...

- Kiedyś ludzie jedli normalnie i żyli. Nie było wegetarianinów i innych dziwaków!

Czuję, że powoli kończą mi się argumenty.

- Nie namawiam pana, by zrezygnował pan z mięsa, tylko wprowadził pewne zmiany, które poprawią pana stan zdrowia.

- Mnie to nawet pani żal. - Mężczyzna patrzy na mnie z politowaniem. - Ktoś pani wbił do głowy te nowomodne bzdury i teraz pani wydziwia. Młoda dziewczyna jeszcze pani jest, to może kiedyś pani zmądrzeje.

- S-słucham?

To chyba mi się śni.

- Szczepan! - Pani Stanisława podskakuje na sofie. - Ta pani próbuje ci pomóc!

- Tatusiu, była umowa - cedzi słowa jej starsza córka. Nawet Sabinka odkłada na chwilę telefon i przygląda się nam z zaciekawieniem.

- A dajcie wy mi wszystkie spokój! Zmówiły się baby!

Powinnam się obrazić i czym prędzej wyprosić towarzystwo z gabinetu, ale nie mogę się tak łatwo poddać. Przecież próbuję rozkręcić interes i każdy pacjent jest cenny!

- Postaram się ułożyć taką dietę, by panu smakowała, ale na jakieś kompromisy musimy pójść. Dla pana dobra.

- A jaką da mi pani gwarancję, że po tych wszystkich wymysłach schudnę?

- N-nie ma gwarancji, przecież każdy inaczej reaguje na dietę, czasem potrzebne są też pewne modyfikacje już po jej wprowadzeniu.

Poza tym dieta to nie klocki hamulcowe!

- No właśnie, tak myślałem - pan Szyszka triumfuje. - Ja się będę męczył kupę czasu, a potem nic z tego nie wyjdzie. Na co mnie to?!

- Ale Szczepan... twoje ciśnienie! - Pani Stanisława uderza w płaczliwy ton.

- Daj mnie spokój, kobieto! Proszki przecież biorę i spadło! Jakby się tak człowiek wszystkim przejmował, to by trzeba było się zaraz położyć do trumny i czekać!

- Tatusiu nie mów tak! - woła Sylwia.

Sabinka odkłada smartfona na kolana i przygląda nam się z zainteresowaniem i nieukrywaną satysfakcją.

Korzystając z okazji, że nikt już nie zwraca na mnie uwagi, spoglądam znowu na zegarek. Piętnasta trzydzieści pięć. Jesteśmy tu już prawie dwie godziny i niczego nie ustaliliśmy.

- Drodzy państwo - wkraczam w środek rodzinnej kłótni. - Może umówmy się, że przedyskutują państwo sprawę w domu i zadzwonią, jak podejmą decyzję. Zachęcam jednak - tu zwracam się do pana Szyszki, którego twarz przybrała purpurowoczerwoną barwę - by chociaż pan spróbował: na przykład jeden tydzień. Może nie będzie tak źle, jak się panu wydaje. Najwyżej pan zrezygnuje, jeśli się panu nie spodoba.

- Taaak, a pieniądze w błoto pójda!

- Szczepan!

- Ja to właściwie dałem się na to namówić tylko po to, bo myślałem, że ta pani - wskazuje mnie palcem - przepisze mi jakieś proszki i tyle. A tu się okazuje, że jest jakieś cholerne wtrącanie w to, co jem!

U dietetyka? Nie no, naprawdę? Skandal po prostu!

Swoją drogą, niewiele brakowało. Moja matka, kardiolog w trzecim pokoleniu, zaplanowała, że będę lekarzem, gdy jeszcze byłam w podstawówce. Byłaby gotowa zrobić ustępstwo dla prawnika lub ekonomisty, ale każdy inny zawód wydawał jej się niepoważny.

Nigdy mi nie wybaczyła, że poszłam na żywienie człowieka („odrzuty po lekarskim”) ani że startowałam również na weterynarię („gorszy gatunek lekarza”) i, co gorsza, architekturę wewnątrz („to jest taki zawód?!”). Wyobrażam sobie, że podglądanie dzisiejszego spotkania byłoby dla niej nie lada rozrywką.

- Panie Szczepanie - mówię - leki to nie jest rozwiązanie. Jeśli nawet pan schudnie, to waga szybko wróci, bo nadal będzie pan kalorycznie jadał. Zresztą wszystko ma swoje działania uboczne. Wiele starszych leków zostało wycofanych z uwagi na szkodliwość, a większość suplementów dostępnych na rynku to produkty mało skuteczne lub całkiem nieskuteczne. Zwłaszcza jeśli wraz z ich stosowaniem nie następuje zmiana stylu życia...

- No właśnie! Te suplementy to głównie jest, a nie prawdziwe proszki!

- Szczepan!

- Tato! - Głosy matki i córki zlewają się w pełen oburzenia chór. Sabinka uśmiecha się tyleż szeroko, co złośliwie. Zaczynam się zastanawiać, czy cała ta scenka nie jest nagry-

wana przez nastolatkę jej diabelskim różowym narzędziem i czy nie wyląduje za chwilę na jakimś Facebooku.

- Ja robię w handlu, to wiem! Jeśli coś jest za cienkie, żeby być lekiem, to nazywają to suplementem i wprowadzają w obrót. A ludzie głupi kupują!

Jakkolwiek brutalnie to brzmi, trudno mi się z tym poglądem nie zgodzić.

- Pewnie, że nie chcę żadnych suplementów! - peroruje dalej pan Szyszka, głuchy na upomnienia rodziny. - Już mi to w aptece chcieli wcisnąć. Ale różnych próbowałem całymimi latami i nic nie pomagało.

- Sam pan widzi - kwituję, złośliwie komentując w myślach, że pan Szyszka do tych „głupich, kupujących ludzi” też mimo wszystko należy.

- Widzę, że tu potrzebny jest prawdziwy lek, a nie jakieś oszukaństwo. - Pacjent na powrót krzyżuje pulchne przedramiona na piersi.

- Leki nie są metodą pierwszego wyboru zwalczania otyłości - odpieram. - Stosuje się je w szczególnych wypadkach u osób chorych lub z olbrzymią otyłością, które muszą szybko schudnąć, na przykład do operacji.

- W tych czasach lekarze potrafią wyleczyć prawie wszystko, a nie mogą zapisać czegoś, żeby człowiek po prostu schudł?!

- To nie takie proste. Zwłaszcza jeśli ten człowiek wciąż je więcej, niż potrzebuje.

- Ale jakieś leki są! Mogę pobrać jakiś czas, a potem się zobaczy.

- Ja panu żadnych leków nie przepiszę. Po pierwsze nie apróbuję takiego postępowania i nie widzę takiej potrzeby u pana, a po drugie nie jestem lekarzem i nie wystawiam recept.

- Chodź Staśka, nie ma co. - Pan Szyszka dźwiga się z Fotela Prezesa.

Mogłabym przysiąc, że widzę pogardę w jego oczach. Moja matka byłaby zachwycona.

- Idziemy stąd. Poszukamy LEKARZA. A jeszcze Marian mnie mówił, że jemu ktoś dowozi w pudełkach jakąś dietę. Taką bez wyrzeczeń. Wypełnił jakieś papiery: co lubi, a co nie. I tak mu robią.

Ciekawe, czy odchudzają go karkówką z chlebem, masłem i kiełbasą?

- Tatusiu, przed chwilą nie chciałeś żadnej diety - zauważyła słusznie Sylwia. - A to z tymi pudełkami to jest strasznie drogie!

- Przynajmniej ktoś mi zrobi, a nie tylko się pomądrzy!

Powinnam się poczuć urażona, ale zaczyna mi być wszystko jedno. Pani Stanisława unika już mojego wzroku. Jej starsza córka wyjmując z kieszonki eleganckiej kurtki paczkę cienkich mentolowych papierosów i bez słowa wychodzi na zewnątrz.

- Nie jestem pewna, czy taki odchudzający catering będzie też działał prozdrowotnie - próbuję po raz ostatni. - Być może trzeba by jakoś zindywidualizować ten jadłospis pod kątem zdrowotnym...

- Się już pani o to nie martwi! - Pan Szyszka kieruje się w stronę wyjścia, zagarniając solidnych rozmiarów ramieniem zawstydzoną małżonkę i ubawioną po pachy Sabinę.
- To już nie pani problem!

* * *

- Trochę dziwne, że cię nie poinformowali o tym spotkaniu. - Mateusz odkłada widelec na czerwoną, ikeowską serwetkę. Jemy wczesną kolację w jego mieszkaniu. Lubię swoją kawalerkę, ale to, czego mi w niej brakuje, to porządku

stół, przy którym można by zjeść posiłek. Taki jak ten. Zwyczaj gdy jesteśmy u mnie, jadamy przy barku w kuchni, który nazywam szumnie wyspą kuchenną. Albo po prostu na kanapie, podtrzymując talerze jedną ręką. Niezbyt to wygodne. Mieszkanie Mateusza to nie żaden apartament, ale ma oddzielną, widną kuchnię, salon ze stołem jadalnym, łazienkę z wanną (której strasznie mu zazdroszczę i z której czasem korzystam) oraz najważniejsze – prawdziwą sypialnię! Niby tylko czternaście i pół metra więcej, a różnica ogromna.

– Szkoda, że nie poszliśmy na ten lunch. Ale przynajmniej coś zarobiłaś. – Chłopak posyła mi pocieszający uśmiech. – Interes się kręci.

Kiwam głową w zamyśleniu.

Gdyby tylko wiedział, że pan Szyszka nie tylko nie zamówił diety, ale też odmówił zapłaty za dwugodzinną wizytę, ponieważ jego zdaniem „nie wniosła niczego do sprawy”...

Mateusz bardzo mnie wspierał na etapie zakładania firmy, zaciągania kredytu i urządzania gabinetu. Nie chcę go martwić, mówiąc prawdę o tym, jak w rzeczywistości kręci się mój interes. Poza tym jest mi trochę wstyd. Do tego cały czas słyszę w głowie głos mojej matki, mówiący, żebym przestała wydziwiać z zakładaniem firmy, bo się do tego nie nadaję, a jak dam się ponieść fanaberiom, to mój „przystojny-mądry-dobrze-zarabiający” chłopak mnie rzuci i zaprzepaszczę obiecujący związek, zamiast wyjść wreszcie za mąż jak normalna kobieta.

Niby wiem, że matka nie ma racji, a Mateusz kocha mnie taką, jaka jestem, ale czy mogę być tego pewna na sto procent? Na wszelki wypadek na razie sprawę przemilczę. Z czasem wszystko będzie miało się lepiej: wtedy opowiem mu, jak wyglądały moje początki, a pan Szyszka będzie tylko zabawną anegdotą z przeszłości.

- A jak tam pacjenci? - Głos ukochanego wyrywa mnie z zamyślenia.

- Wiesz, jak to jest. Raz lepsi, raz gorsi. - Zmuszam się do uśmiechu.

- Jesteś dziś jakaś niewyraźna. Przeziębiałaś się?

- Nie, chyba nie. To pewnie zmęczenie. Tyle się ostatnio dzieje.

Zdecydowanie. Tyle siedzenia w pustym gabinecie, tudzież przygotowywania materiałów i artykułów dla pacjentów, których na razie nie ma, oraz ciekawostek i prezentacji multimedialnych na stronę, na którą na razie nikt nie wchodzi.

Sięgam po szklankę z wodą, unikając jego wzroku.

- Widzę. - Mateusz uśmiecha się smutno. - Mamy ostatnio dla siebie niewiele czasu.

- Wiem. Ale to się wkrótce zmieni, niech tylko sytuacja się ustabilizuje.

Bo przecież musi, prawda?

- W lipcu pojedziemy na wakacje i trochę odpoczniemy. Oboje odpoczniemy.

Mateusz wyciera usta i zbiera talerze ze stołu. Na moim wciąż zostało sporo jedzenia, ale czuję, że więcej nie dam rady przełknąć.

- A jak u ciebie w pracy? - zmieniam temat.

- Dzień jak co dzień. - Przez jego twarz przebiega ledwie zauważalny grymas. - Ogólnie w porządku, ale jeden klient dał nam nieźle w kość.

- Co zrobił?

- Niedługo po mojej przerwie obiadowej wkroczył do oddziału jak jakiś król, w obstawie żony i dwóch córek, a potem zaczął wypytywać o kredyty gotówkowe. Nie spodobała mu się oferta, więc pokłócił się z Mirkiem, a potem zażądał spotkania z kierownikiem.

Otwieram szeroko oczy, a usta prędko idą w ich ślady.

- No właśnie. Ja też byłem zdziwiony. - Mateusz zaczyna nerwowo spacerować po pokoju. - Zszedłem do niego i usiłowałem załagodzić sytuację. Narzekał, że Mirek próbuje go na coś naciągnąć. Twierdził też, że zna się na biznesie, że należą mu się preferencyjne warunki i że jest jakimś przedsiębiorcą, a wyglądał, jakby właśnie skończył grabić podwórko.

Kiwam głową w milczeniu.

- Chandryczyliśmy się z nim prawie czterdzieści minut, aż wreszcie wyszedł i w końcu nie wziął żadnego kredytu. Zmarnowany czas!

Nie wątpię.

- Wierz mi, trudno się było z facetem dogadać!

Wierzę.

- A w ogóle bredził coś o jakiejś diecie pudełkowej i że potrzebuje środków na sfinansowanie kuracji. - Mateusz chichocze. - Zazwyczaj ludzie chcą kredyty na nową plazmę, wakacje albo na naprawę samochodu, no ale dobra. Klient nasz pan.

- Faktycznie, dziwne - zgadzam się.

- Miałem nawet taką myśl, żeby wysłać go do ciebie. Taniej by mu wyszło. I lepiej. - Otacza mnie ramieniem i całuje w czoło. - Ale stwierdziłem, że ci tego oszczędzę.

Uśmiecham się blado, gładząc jego dłoń.

- Nie wiem, no, pracuję już w tym banku kilka lat i mam wrażenie, że coraz dziwniejsi są ci ludzie, co do nas przychodzą. Dobrze, że ty nie musisz mieć z takimi do czynienia.

No, całe szczęście!

PIĄTEK, 28 KWIETNIA

- Wie pani, to wcale nie jest taka prosta sprawa, jak myślałam.

Pani Jadwiga sadowi się wygodnie na wielbłądziej sofie otoczona garbami z toreb z zakupami.

- Co takiego? - Unoszę głowę znad notatnika.

- No ta dieta.

- Co pani ma na myśli?

- No bo trzeba cały czas patrzeć, co się je!

- A zazwyczaj pani nie patrzyła?

- A gdzie tam! - Pani Jeżyk macha ręką ze zniechęceniem.

- Kto normalny ma na to czas? Jedzenie to jedzenie. Się kupuje, na co się ma ochotę, i do domu!

Na wspomnienie mojej porannej wizyty w markecie spożywczym, gdzie robiąc zakupy, przeczytałam etykiety co najmniej ośmiu produktów, czuję się przez moment jak przybysz z obcej planety.

- Nie no, niech pani się nie obraża! - Pani Jadwiga zauważyła chyba moją niepewną minę. - Pani to co innego, pani musi patrzeć, bo jest pani dietetyczką!

Die-te-ty-kiem.

- Ale! Dla siebie to przecież i tak gotuje pani jak każdy. - Pacjentka mruga do mnie porozumiewawczo. - Zresztą pani nie musi się starać, przecież pani chuda!

Matko jedyna, gdyby ona wiedziała, ile mnie to kosztuje!

- Pani Jadwigo, zdrowe gotowanie nie jest tylko dla ludzi, którzy chcą schudnąć. Ja na przykład gotuję w domu wyłącznie zdrowo. Człowiek się lepiej czuje, lepiej wygląda, zmniejsza się ryzyko chorób...

- Jakich chorób! Przecież pani młoda!

Kolejne porozumiewawcze mrugnięcie utwierdza mnie w przekonaniu, że walczę z wiatrakiem. A nawet z całym tuzinem cholernych wiatraków.

- Wróćmy może do pani diety. Widzę na wydruku z naszego pomiaru, że spadło pani sporo wody. Pije pani tyle, ile trzeba?

- Tak. - Szeroki uśmiech rozpromienia twarz mojej pacjentki. - Dwa litry, jak amen w pacierzu.

- Dziwne w takim razie, że ta woda tak spada. - Marszczę brwi. - Może miała pani jakiś większy wysiłek, jakieś nowe leki albo problemy jelitowe?

- Skąd! A to picie już mi nawet w nawyk weszło. Prawie nie potrzebuję tego budzika...

- Jakiego budzika? - Unoszę głowę.

- No, bo pani tak kazała tyle pić, a ja ciągle zapominałam o tej wodzie! To wymyśliłam, że zacznę nastawiać budzik w telefonie, teraz te telefony nowoczesne są, no to ustawiłam i dzwoni mi pięknie, cztery razy dziennie, i z głowy. Ale już zaczynam pamiętać sama!

Coś mi się nie zgadza. I to bardzo.

- Cztery razy?

- No tak. - Pani Jadwiga chyba pomyślała, że ogłuchłam.

- Ale mówiła pani, że pije dwa litry...

- No tak. Nalewam sobie wodę do takiego dużego kubka na herbatę, półlitrowego. Wypijam to, jak dzwoni, a potem tak jeszcze trzy razy.

- Pani Jadwigo, ale trzeba nawadniać się regularnie małymi porcjami wody, a nie tak rzadko! Jak pani wypija dużo na raz, to nadmiar wody szybko zostaje wydalony, a do następnej porcji daleko...

- To pani mi znowu czegoś nie powiedziała! - Pani Jeżyk podnosi ręce w obronnym geście.

- Napisałam pod dietą, że ma pani wypić wodę do każdego z posiłków i między posiłkami. - Aż dziwne, że ten słaby, zrezygnowany głos, który wydobywa się z mojej krtani, należy do mnie.

- A, to musiałam nie zauważyć. - Pani Jeżyk macha ręką, bagatelizując sprawę. - Tyle tych informacji, zwariować można. Szkoda tylko, że efekty takie mizerne.

Jak dotąd, pani Jadwidze udało się schudnąć trzydzieści deko, z czego wszystko dopiero po dniu, kiedy wykryłam dodatkowe przekąski. Jak na jeden tydzień rzeczywistych zmagających dietetycznych wynik jest średni, ale nie tragiczny.

Moja pacjentka uważa jednak inaczej. Spojrzenie pełne wyrzutu ma chyba uświadomić mi, że mogłoby być lepiej, gdybym tylko bardziej się postarała przy układaniu diety.

- No dobra, to już będę wiedziała - mówi w końcu ugodowo. - A, jeszcze jedno, zapomniałabym. Bo przyjdzie do pani moja córka...

- Dzisiaj?! - odpowiadam spłoszona, nie zdąwszy się powstrzymać od zerknięcia na zegarek.

- A nie, nie. Po majówce już. - Pani Jadwiga podejrzliwie mruży oczy. - A gdzie pani tak spieszo?

- Za pół godziny muszę wyjść, mam kilka spraw do załatwienia.

- O czternastej? Pani to dobrze! - Pacjentka posyła mi zmęczone, pełne wyrzutu spojrzenie. Chyba nie dosłyszała tej części zdania, w której mówiłam o sprawach do załatwienia. Jedną z tych spraw, jak już uporam się z zakupami, odbiorem z drugiego końca Warszawy używanych książek medycznych (tyle kosztowały, że wołałabym zaoszczędzić na ich wysyłce) i z rozliczeniem miesięcznym, będzie ułożenie jej diety.

- Wspominała pani o córce?

- A tak, dałam jej tu numer, ma zadzwonić na dniach. Jedzie pani gdzieś?

Niestety, na razie ledwo udało mi się zarobić na podstawowe rachunki i ZUS, a czynsz za lokal i rata kredytu nadal wiszą nade mną, szczerząc zębiska.

- Nie.

- To dobrze! To ona zadzwoni, jak już dojedzie, bo jedzie z koleżankami w niedzielę nad morze. Wcześniej nie będzie miała czasu, bo teraz całe dnię lata po mieście i jest strasznie zajęta.

- Tak dużo pracuje?

- Nie, robi zakupy! Przecież w weekend w sklepach będą tłumy! Słowo daję, ci ludzie zachowują się jak dzicz. - Pani Jeżyk obrazuje swoje słowa sugestywnym pukaniem się w czoło. - Jeden wolny dzień czy tam dwa, a oni robią zaopatrzenie, jakby tydzień mieli z piwnic nie wychodzić!

*NIE MA ODCHUDZAJĄCEGO JEDZENIA.
WSZYSTKO, CO ZJADAMY, ZDROWSZE
LUB MNIEJ ZDROWE, MA KALORIE.*

PIĄTEK, 12 MAJA

– Musi mi pani pomóc! – Wysoka, chuda, młoda kobieta zalamuje ręce na mojej zamszowej, wielbłądziej sofie.

Gdzieś to już słyszałam. Być może podczas blisko godzinnej rozmowy telefonicznej, którą odbyłam tuż przed przyjściem córki pani Jadwigi. Jakaś zaaferowana pani najpierw długo opowiadała mi historię swojego życia, potem równie długo robiła wywiad dotyczący moich kompetencji, a następnie jakoby z ciekawości wyciągnęła ode mnie tyle informacji o zasadach diety, ile zdołała, żeby na koniec stwierdzić, że jest za drogo i na wizytę to ona nie przyjdzie.

– Pani Julito...

– Julitto. Przez dwa „t”.

Poważnie? To jest teraz najważniejsze?

– Pani Julitto, zrobiliśmy pomiar i wynika z niego, że mieści się pani w odgórnie ustalonych normach. Nie ma pani żadnej nadwagi. Tu jest tabela...

– Pani się umówiła z moją mamą, żeby mi tak powiedzieć, tak?

Otwieram szeroko usta, ale dociera do mnie, że i tak nie wiem, co powiedzieć.

– Ona też tak wiecznie gada, że jestem chuda, że nie mam z czego chudnąć... Przecież jak się na mnie spojrzy, to od razu widać, że jestem tłusta!

Na potwierdzenie swoich słów młoda kobieta wstaje, podwija obszerną, zieloną bluzę i demonstracyjnie łapie w dwa palce fałdkę skóry w okolicach pępka. Nad fałdką dostrzegam pole sterczących żeber.

– Widzi pani? – woła z mocą. – No to chyba mi się nie przyśniło?!

Niestety. Staram się bardzo, ale widzę jedynie cienką warstwę skóry, cieńszą zapewne od mojej w tym samym miejscu. Gdybym sprawdziła grubość fałdu skórno-tłuszczowego starożytnym fałdomierzem ze sprężynką, takim, jakiego używano przed epoką elektronicznych analizatorów składu ciała, pewnie potwierdziłby moją opinię. A Kamila to w ogóle by ją wyśmiała.

- Pani Julitto, to, co pani trzyma, to skóra. Ona ma to do siebie, że jak się ją tak złapie...

- Pani chyba żartuje! - Dziewczyna opada z rezygnacją na sofę. - Mam dwadzieścia lat, a jestem obwisła jak czterdziestolatka! I gruba!

- Według wyników pomiaru jest pani zaledwie kilka kilogramów nad granicą niedowagi.

- W takim razie zaszła jakaś pomyłka. Ja muszę schudnąć z dziesięć kilo!

- Dlaczego? - wyrywa mi się.

- Żeby nie wyglądać jak prosię, tylko jak te dziewczyny, które obserwuję.

- Kogo pani obserwuje?

- No na Instagramie.

Może jestem zacofana, ale nie wiem do końca, na czym polega to obserwowanie na Instagramie. Wiem natomiast na pewno, że Julitta coraz bardziej przypomina mi swoją mamę.

- To, co mogę dla pani zrobić, pani Julitto - zmieniam temat - to pomóc pani zejść do dolnej granicy normy. Pani nie ma za dużo tłuszczu. Może nie podoba się pani budowa ciała lub kondycja skóry, ale na to już nic nie poradzimy. Nie ma opcji, żebym wpędziła panią w niedowagę i zaczęła odchudzać panią z mięśni.

Wtedy to już na pewno nie będzie wyglądać jak fitdziewczyna z Internetu, tylko szkielet obleczony papierem.

- Ile to jest kilogramów?
- Około czterech i pół.
- Niech będzie.

To „niech będzie” zabrzmiało raczej jak „na początek wystarczy”, a dziewczyna zgodziła się podejrzanie łatwo, ale nie mam czasu ani ochoty się tym teraz przejmować. Poza tym każdy pacjent jest na wagę złota.

- Czy ma pani jakieś szczególne upodobania kulinarne, które mogłabym uwzględnić?

- Chyba nie. Chcę łatwych, szybkich potraw bez wydziwiania i trudno dostępnych składników. A tak poza tym, jem normalnie, jak każdy.

Jeśli każdy jada codziennie o innych porach, co innego, w innych ilościach i uwielbia słowo „czasem”, to pewnie tak. O tak, Julitta bardzo przypomina mi swoją mamę.

- W porządku. - Podchodzę do biurka po plik kartek. - Z tego, co mi pani wcześniej opowiedziała, wynika, że pani jedzenie jest teraz, ekhm, bardzo zróżnicowane. Będę zatem wdzięczna za uzupełnienie i przesłanie mi tego formularza. Wpisze tam pani, co dokładnie pani zjadła i wypła dziś, a potem przez dwa kolejne dni. Na ostatniej kartce jest krótka instrukcja. Zależy mi na dokładności, żebym mogła wszystko sobie przeliczyć i przeanalizować. Kiedy wyśle mi pani zdjęcie albo skan formularza, zacznę pracę nad dietą.

- Kiedy schudnę? Niedługo wakacje.

- Zakładam, że poradzimy sobie z tymi kilogramami w dwa miesiące.

- Strasznie długo. - Julitta patrzy na mnie z wyrzutem. - Nie da się tego jakoś przyspieszyć?

- Nie, jeśli chcemy to zrobić zdrowo.

A że organizm pacjentki nie ma wiele do zrzucenia, może być raczej oporny na to przedsięwzięcie.

Dziewczyna unosi wysoko brwi, co znowu przywodzi mi na myśl panią Jadwigę. Obie kobiety najwyraźniej czują silną potrzebę rysowania brwi ciemną kredką, chociaż młodsza pani Jeżyk robi to zdecydowanie modniej. Oprócz wieku różni je w zasadzie tylko sylwetka i kolor włosów, bowiem fryzura Julitty to świeżo farbowany, wyjątkowo nietwarzowy (ale pewnie modny) rudy.

- No niech będzie. - Dziewczyna przewraca oczami. - Tylko niech pani ułoży taką dietę, co odchudzi mnie z brzucha.

- Pani Julitto, musi pani wiedzieć, że nie mamy wpływu na to, z czego będzie pani chudła w pierwszej kolejności. Ale ma pani bardzo szczupłe nogi i ramiona, więc istnieje duże prawdopodobieństwo, że to właśnie brzuch zmniejszy się, jeśli pani schudnie.

Julitta przez chwilę mruga szybko powiekami, jakby zobaczyła ducha.

- Wie pani co, mama mówiła, że jest pani po studiach. Teraz widzę, że obie jesteście sobie warte! Nie dość, że chce mnie pani odchudzić tak, żebym nadal była gruba, to jeszcze nawet tego pani nie potrafi?

*ŻEBY SCHUDNAĆ, WARTO
ZREZYGNOWAĆ ZE SŁODZENIA. WIELE
OSÓB Z POWODZENIEM REZYGNUJE.*

PIĄTEK, 19 MAJA

Jestem kiepska w rachunkach. Od dawna o tym wiedziałam, a jednak coś mnie podkusiło, żeby spróbować prowadzić księgowość samodzielnie. No dobra, to nie było coś, tylko oszczędność. Dwieście złotych miesięcznie piechotą nie chodzi, a wydatków miałam (i nadal mam) tyle, że płakać się chce.

Jednak dziś, po powrocie z urzędu skarbowego, gdzie po spędzeniu dwóch godzin, przebyciu trzech pięter i wypełnieniu stosu papierów wreszcie udało mi się odkręcić to, co nabroiliam podczas ostatniego rozliczenia miesięcznego – skierowałam swoje kroki prosto do biura usług księgowych, które mieści się na tej samej ulicy co mój gabinet.

Biuro to dwa małe pokoiki, połączone framugą bez drzwi i wyłożone ciemnoniebieską wykładziną. Oprócz trzech dużych biurek udających drewniane całą przestrzeń zajmują regały pełne segregatorów i teczek oznakowanych papierowymi etykietkami. Jediną ozdobą wnętrza jest smętny akwarelowy pejzaż wiszący nad grzejnikiem – najwyraźniej tam z jakiegoś powodu nie można było powiesić kolejnej półki na dokumenty.

Miła ciemnowłosa pani w czerwonych okularach i białej bluzce z pionową falbanką przyjmuje ode mnie stos papierów, wręcza mi umowę i instruuje, co mam dalej robić. Faktura na dwieście złotych brutto przyjdzie pocztą na koniec każdego miesiąca.

Księgowa unosi wyżej brew, widząc moje dotychczasowe przychody i koszty, ale jeśli ma na końcu języka jakiś komentarz, to powstrzymuje się od niego. Cóż, tak wygląda moja rzeczywistość. Ustaliłam ceny za usługi niższe o dobre

trzydzieści procent niż u konkurencji, żeby przyciągnąć pacjentów. W swojej naiwności sądziłam, że chętni będą walić drzwiami i oknami. Tymczasem, zamiast płynąć na fali, siedzę na dnie w towarzystwie mułu i wodorostów.

Nie mam już dziś żadnego spotkania, więc właściwie mogłabym jechać do domu. Zbiera się jednak na deszcz, a ja orientuję się, że mój parasol wisi nadal, jak gdyby nigdy nic, na eleganckim chromowanym wieszaku w mojej poczekalni.

- To wszystko twoja wina! - krzyczy jakiś niezbyt trzeźwy jegomość do swojej równie zrobionej partnerki, gdy mijam sklep spożywczy przyjmujący butelki za kaucję. Trzy, a może cztery drogocenne artefakty leżą stłuczone u jego stóp, zaprzepaszczając dobry zarobek. Kobieta, chyba nie do końca świadoma tego, co się dzieje, próbuje zagarniać szkło rękami, jakby chciała poskładać butelki z powrotem. Przechodzi mnie dreszcz.

Otulam się szczelniej płaszczem i przyspieszam kroku. Gdy dochodzę na miejsce, moim oczom ukazuje się widok, który ściska mi wszystkie wnętrzności i przyspiesza bicie serca. Młodsza pani Jeżyk, w modnym, „za dużym” płaszczu w kolorze odbłaskowego seledynu i czarnym kapeluszu, stoi przy drzwiach wejściowych do klatki i wciska guzik domofonu tak, jakby chciała go za coś ukarać.

- O, tu pani jest - sapie, widząc że nadchodzę z prawej strony. Brak „dzień dobry” chyba jest u nich rodzinny. - No dzwonię i dzwonię. Czemu nie ma pani w pracy?

- A byliśmy umówione? - pytam, przebiegając w myślach strony mojego kalendarza. Czyżbym dała ciała, zapominając o spotkaniu? Jeszcze rano sprawdzałam i piątek był pusty. Całkiem pusty.

- No nie, ale tydzień temu była tu pani o tej porze!

- Dlaczego pani nie zadzwoniła na komórkę? - Z cichym westchnieniem wstukuję kod do domofonu, a potem przekręcam klucz w zamku jednego z czterech lokali na parterze i wpuszczam rozgorączkowaną plamę seledynu do środka.

- Zgubiłam wizytówkę. - Wzrusza ramionami, jakby to było oczywiste.

Dla mnie raczej oczywiste było to, że Julitta po naszej ostatniej rozmowie już nigdy tutaj nie wróci.

- Co panią do mnie sprowadza? - pytam jednak uprzejmie.

- Potrzebuję diety.

- Wydaje mi się, że już o tym rozmawialiśmy i nie odpowiadały pani warunki współpracy.

Dziewczyna mierzy mnie wzrokiem od góry do dołu. Jest to łatwe, bo przewyższa mnie wzrostem o blisko dwadzieścia centymetrów. Nawet nie zdjęła płaszcza i chyba nie zamierza przenieść naszej konwersacji dalej, do pokoju.

- Robiłam sobie w Internecie testy wagi i w niektórych z nich wyszło mi, że powinnam schudnąć dziewięć kilogramów. Chciałam dziesięć, ale to byłby kompromis!

Jeśli wszyscy ludzie w tych czasach tak postrzegają kompromis, to nie dziwię się, że na świecie jest tyle wojen i konfliktów.

- W niektórych?

- No tak, bo w każdym wychodziło trochę co innego.

I wybrała ten najgłupszy. Wygodne.

- Ja podtrzymuję swoje zdanie z naszej ostatniej rozmowy. Według oficjalnych norm może pani zrzucić najwyżej cztery i pół kilograma.

- No właśnie. Co to są za normy? Poszłam w tym tygodniu do dwóch innych dietetyczek i każda powiedziała mi to samo, wyobraża sobie pani?

Nie. Zupełnie nie. To wprost niewiarygodne.

- Nie wiem, gdzie was tego uczą - prychna Julitta - ale nie mam tyle czasu, więc wróciłam.

- Czyli po namyśle stwierdziła pani, że plan działania, który przedstawiłam, jednak pani odpowiada?

Dziewczyna patrzy na mnie z takim politowaniem, że przez chwilę czuję się jeszcze niższa niż w rzeczywistości.

- Oczywiście, że nie, ale tu po prostu jest taniej!

PONIEDZIAŁEK, 22 MAJA

Są czasem takie poniedziałki, które chcą twojej śmierci i robią wszystko, żeby dopiąć swego. Nawet w tak pięknym miesiącu, jakim jest maj.

Zaczęło się niewinnie. Ot, budzik nie zadzwonił – zdarza się. Sznurek szlafroka zaplątał się wokół nóg, powodując bolesny upadek i wielkiego siniaka na kostce – bywa. Ale że kran w łazience eksplodował żółtą wodą na białą bluzkę cztery minuty przed wyjściem, to już była lekka przesada. Na domiar złego to wszystko zdarzyło się właśnie w dniu, kiedy wreszcie (dzięki niebiosom!) zapisał się nowy pacjent!

Całkiem miły pan zadzwonił w piątek po południu i prosił o spotkanie w poniedziałek, o najwcześniejszej możliwej godzinie, żeby wyrobił się przed pracą. Zależało mu na czasie, bo właśnie był u lekarza i usłyszał, że z powodu tuszy grozi mu operacja kolana. Zazwyczaj w poniedziałki zaczynam dopiero o dwunastej (a do tego kolejne spotkanie mam dopiero o siedemnastej, więc nie ma szans na wcześniejsze wyjście), ale w drodze wyjątku (przecież wreszcie zapisał się nowy pacjent!) umówiłam się z nim na ósmą rano.

Gdy wreszcie kuśtykając, wybiegam z bloku, przebrana w czystą (acz nieuprasowaną) bluzkę w kolorze niebieskim, jest jeszcze cień szansy, że zdążę na kolejny autobus. Mój samochód od kilku tygodni jest zepsuty, ale muszę poczekać z naprawą, aż coś zarobię.

Niestety moje nadzieje na w miarę szybkie dotarcie do pracy zostają prędko rozwiane. Kierowca autobusu, do którego biegłam, wypluwając płuca, zamyka drzwi w tym samym momencie, kiedy wpadam na przystanek. Zastygam na krawężniku z zaciśniętymi z bólu zębami i powiększającymi

się śladami potu pod pachami (nieuprasowana bluzka to już nie jest mój największy problem). Wreszcie, zrezygnowana, cofam się i opieram o brudną wiatę przystanku, w myślach życząc kierowcy ospy wietrznej. Ludzie czekający na inny autobus przyglądają mi się z zaciekawieniem i maskowaną satysfakcją, że nie ich to spotkało.

Kiedy w końcu jadę, szybko przeliczam, że pięćdziesiąt pięć minut to może być za mało, by dojechać do pracy, szczególnie w godzinach szczytu. Muszę zadzwonić do faceta i uprzedzić go, że mogę się chwilę spóźnić. Stres (a może piętnaście osób stojących wokół mnie na dwóch metrach kwadratowych) sprawia, że pocę się coraz bardziej. Na szczęście w pracy zostawiłam rezerwową marynarkę. Nałożę ją na spoconą koszulę i nic nie będzie widać. Już prawie czuję satysfakcję z powodu swojej przezorności, gdy po szybkim przeszukaniu torebki orientuję się, że kalendarz (a w nim numer telefonu do nowego pacjenta) najwyraźniej spoczywa nadal na komodzie przy drzwiach w moim mieszkaniu. Z trudem powstrzymuję się przed głośnym użyciem niecenzuralnego słowa.

Po drodze, jak łatwo się domyślić, zaliczam wszystkie możliwe korki, czerwone światła, a nawet jedną stłuczkę. Jakimś cudem, cała w nerwach i zmęczona jak po przebiegnięciu półmaratonu, docieram do gabinetu spóźniona tylko cztery minuty. Nikt nie stoi przed drzwiami (zdążyłam! Zwycięstwo!). Mimo niewyspania i chyba lekko skręconej kostki dziarsko wpadam do budynku, a w głowie kotłuje mi się adrenalina. Po wejściu błyskawicznie narzucam na siebie świeżą granatową marynarkę (co za zrządzenie losu, że po wypadku z kranem w ręce wpadła mi akurat niebieska bluzka!), zapalam zapachowe świece (naprawdę dużo zapachowych świeczek), przygotowuję formularze i wypijam duszkiem szklankę wody z kranu.

Mijają kolejne cztery minuty i nikt nie przychodzi. Bolesny skurcz wykręca mi jelita. A co, jeśli pacjent przyszedł punktualnie na ósmą i nie zastawszy mnie w gabinecie, odszedł z kwitkiem, a teraz obsmarowuje mnie gdzieś w Internecie? Wizja marketingowego Armagedonu sprawia, że cała krew odpływa mi z twarzy i okolic.

Zadzwoiłby – uspokajam sama siebie. Ale czy na pewno? Z żalem myślę o kalendarzu pozostawionym w domu.

Nagle przychodzi olśnienie. Telefon! Przecież facet dzwonił do mnie w piątek po południu! Nie mam zbyt wielu połączeń z nieznanych numerów, na pewno go znajdę!

Moje założenie okazuje się prawidłowe i po czterech baardzo długich sygnałach słyszę w słuchawce znajomy głos.

– Słucham?

– Witam serdecznie, dzwonię z gabinetu dietetycznego, byliśmy umówieni na ósmą – wyrzucam z siebie na jednym wydechu. W głowie już układam alibi, dlaczego nie otworzyłam drzwi. Byłam w toalecie – to będzie zawstydzające, ale najbardziej wiarygodne. A jeśli za chwilę nie przestanie mnie boleć brzuch, to nawet stanie się prawdą.

– Eee, tak, hmm, bardzo panią przepraszam. Miałem problemy z dojazdem. Spóźnię się z piętnaście minut. Mam nadzieję, że to żaden problem?

Żaden. W mordę jeża, żaden! Ale gdyby zadzwonił i uprzedził, to zaoszczędziłabym trochę nerwów i biegów przełajowych z bolącą nogą.

– Oczywiście, proszę się nie martwić. Czekam.

Rozłączam się i nalewam sobie kolejną szklankę wody. Potem włączam komputer, żeby odebrać maile. Julitta (przez dwa „t”) miała mi przesłać dziś rano formularz z zanotowanymi posiłkami z trzech dni. Zależało jej na czasie, więc obiecałam, że ułożę dietę już w poniedziałek, najszybciej, jak tylko zdołam.

Niestety. W skrzynce nie ma żadnych nowych wiadomości.

Tknięta przeczuciem sprawdzam stan konta w internetowym serwisie banku, ale przelew też nie przyszedł. Ech, może znowu zmieniła zdanie. Oby nie, bo saldo wyświetlające się na dole pogrubionym drukiem przyprawia mnie o kolejną falę mdłości. Przykładając zimną szklankę do czoła, piszę krótkie, uprzejme przypomnienie, jednocześnie zaznaczając ponownie, jak bardzo zależy mi na tym, by zapiski w formularzu były dokładne.

Odpowiedź jest błyskawiczna – dziewczyna musi mieć mail zsynchronizowany z komórką. Zapomniała. Zacznie notować dopiero dzisiaj, a przelew robi na dniach. Doskonale... To by było na tyle z „zależy mi na czasie”.

Po piętnastu minutach mój wzrok pada na zegar ścienny. Zielona, plastikowa obudowa ładnie harmonizuje z dywanikiem i zasłonami w podobnym kolorze. Wybierając zasłony, zwróciłam uwagę, żeby beżowe i czekoladowe paski na zielonej tkaninie korespondowały z obiciami fotela i sofy oraz panelami podłogowymi udającymi drewno wenge. O tak, wykonałam tu dobrą robotę. Ale nowego pacjenta nadal nie ma.

– A, to pani. – Słyszę po pięciu znowu baaardzo długich sygnałach w słuchawce. – Tak, ja ten... będę za kilka minut, szukam miejsca do zaparkowania.

Koniec połączenia. Przechyliłam się przez biurko, by wyjść przez okno, i rozglądałam się po okolicy. Faktycznie, trudno tu o wolne miejsce. Samochody stoją jeden przy drugim, niektóre zaparkowane nawet w niedozwolonych miejscach. Ich właściciele pewnie nie wiedzą, że codziennie między dwunastą a trzynastą sympatyczni strażnicy miejscy urządzają tu sobie prywatne żniwa. Może to i lepiej, że jeżdżę do pracy komunikacją miejską.

Dziesięć minut później zaczynam się niecierpliwić, ale dzwonię po kolejnych ośmiu, żeby nie wyjść na natręta. Zegar w kolorze nadziei zaczyna mnie irytować, więc godzinę sprawdzam już tylko na komórce.

- Piiiik. Nagraj wiadomość po sygnale. - Słyszę po trzech sygnałach. Dziwne. Nie ma zasięgu? W środku miasta?

Próbuję ponownie. Tym razem piknięcie pojawia się już po pierwszym sygnale. Facet odrzucił połączenie. Za trzecim razem poczta odzywa się od razu. I za czwartym, i za piątym. Rzucam komórkę na biurko i ukrywam twarz w dłoniach. Adrenalina już nie kotłuje się w mojej głowie, a cała energia opuszcza mnie w mgnieniu oka, wypierana przez bezsilność i frustrację.

Siadam w Fotelu Prezesa i tępo wpatruję się w ścianę. Wskazówki zegara zbliżają się do godziny dziewiątej. Do następnego spotkania już „tylko” osiem godzin. Zastanawiam się, czy nie zadzwonić do Mateusza, ale nie chcę mu zawracać głowy. Kamila pewnie jeszcze nie wstała. Będę musiała kupić gdzieś obiad, bo brązowy ryż z pomidorami, brokułami i pierśią indyka został w domu razem z kalendarzem. I moją godnością.

Dzwonek telefonu podrywa mnie na równe nogi jak uządlenie osy. Podbiegam do biurka i chwytam komórkę.

- No dzień dobry, kochanieńka! - Donośny głos w słuchawce zdecydowanie nie należy do pana z godziny ósmej. - Renata Radoszek przy telefonie!

Muszę chwilę pogrzebać w pamięci, zanim dociera do mnie, że dzwoni moja nowa księgowa.

- Dzwonię, bo zapomniałaś mi przynieść jeszcze deklarację z ZUS-u. To nic pilnego, ale wolę mieć wszystko w jednym miejscu.

- Nie ma problemu, mogę ją przynieść dziś. Mam trochę czasu. - Cóż, w rzeczywistości mam go pod dostatkiem,

żeby pojechać na Mazury i z powrotem.

- Kochanieńka, wiesz co, przejrzałam na spokojnie te twoje papiery i wiesz... nie obraż się, ale słabo u ciebie z przychodami.

Przełykam ślinę, mam nadzieję nie dość głośno, by to usłyszała.

- Pierwszy miesiąc na minusie, to zrozumiałe, no bo początek, ale wiesz, mamy już koniec maja i wciąż ledwo stać cię na ratę kredytu i wynajem, a ZUS i rachunki będziesz płacić z własnych pieniędzy. Na twoim miejscu przysiadłabym fałdów i postarała się o nowych klientów!

* * *

- Czy to wszystko moja wina?! - Ukrywam twarz w rękach opartych o czerwony stolik. - Może moja matka miała rację i nie nadaje się do tego. Ale przecież wielu osobom się udaje! Dlaczego akurat ja mam takiego pecha?

Jest godzina dziewiętnasta i siedzimy z Kamilą w niewielkiej knajpce stylizowanej na lokal amerykański. Większość wyposażenia jest przynajmniej jednego koloru z flagi USA, na ścianach wiszą teksańskie kapelusze i rękawice do baseballu, a w menu próżno szukać czegokolwiek zdrowego. Nasz stolik przylega do przeszklonej ściany wychodzącej na ulicę, więc mamy dobry widok na tłumy zmęczonych ludzi przemykających w jedną i drugą stronę.

Dzień był jeszcze gorszy, niż się zapowiadało. Szesnaście minut czekałam na pacjentkę z siedemnastej, nim wreszcie odważyłam się do niej zadzwonić. Do końca oszukiwałam się, że może tylko trochę się spóźni, ale okazało się, że musiała zostać dłużej w pracy i zapomniała zadzwonić. Tfu, to znaczy nie zapomniała, tylko „była pewna, że napisała mi wcześniej SMS-a”.

- To nie pech. To życie. Ono, kurwa, po prostu już takie jest. - Kamila ze znudzeniem przeżuwa serowego nachosa i popija piwem.

- Jestem wykończona. - Ziewam. - Ten poranek... A mogłam jechać do pracy dużo później! Albo wcale. Co jest z tymi ludźmi? Albo odwołują w ostatniej chwili, albo wcale nie odwołują i nie przychodzą, a to dziś rano... to nawet nie wiem, jak skomentować!

Łzy napływają mi do oczu. Żeby to ukryć, pochylam się nad wysoką szklanką z trójkolorową słomką. Zamówiłam wodę. Po pierwsze dlatego, że to była jedyna nietuczająca pozycja w menu, a po drugie - muszę zacząć oszczędzać.

- Fakt. - Kamila kiwa głową. - Straszny dupek.

- Kama, no czy to naprawdę tak trudno zadzwonić? To jest taki brak szacunku dla czyjegoś czasu! Ty, jak się umawiasz do fryzjera czy dentysty, to odwalasz takie akcje?

Moja przyjaciółka nie odpowiada, intensywnie wpatrując się w żółtawy płyn w swojej szklance.

- Napij się. - Głos Kamili wyraża teraz najwyższą troskę. - Musisz się wyluzować. Przyniosę nam jeszcze piwo.

- Kama, już pijesz drugie. Nie chciałaś przypadkiem schudnąć?

- Przecież jest bez soku.

- Ale i tak ma dużo kalorii.

Kamila przez chwilę krytycznie przygląda się swojemu napojowi.

- Przesadzasz. Czytałam w gazecie, że to najlepszy alkohol, bo najbardziej rozwodniony. Nie odwadnia jak wino.

- Ale te kalorie... No i Krystian...

- Rany, jak ty lubisz wszystko zepsuć! - Kama ciska gromy z brązowych oczu, które obecnie wydają się czarne jak jej włosy, i zrywa się z plastikowego krzeselka. - Dobra, wezmę

wodę. Ale tobie przyniosę browara. Jesteś sztywna, jakbyś miała kijek w tyłku!

- Daj spokój. - Zaniepokojona patrzę przez okno na ulicę. - Jeszcze ktoś mnie zobaczy.

- I co? Napiszą o tym w gazetach?

Zabrzmiało jadowicie. Chyba nie zazdroszczę ludziom, z którymi moja przyjaciółka przeprowadza wywiady.

- Nie, no ale jeśli jakiś pacjent...

- A ilu ich masz? Zresztą, co cię to, kurwa, obchodzi? Jesteś dietetykiem, a nie zakonnicą.

- No tak, ale... W sumie, wiesz co? Masz rację. Muszę się napić. - Prostuję się na krześle. - Ale... może jednak prześiądźmy się tam, pod ścianę.

*POMIJANIE POSIŁKÓW I ZA DŁUGIE
PRZERWY MIĘDZY NIMI MOGĄ
SPOWOLNIĆ METABOLIZM I POTEM
BĘDZIE JESZCZE TRUDNIEJ SCHUDNAĆ!*

PIĄTEK, 16 CZERWCA

- Wie pani, sądziłam, że do czerwca to ja już schudnę. - Pani Jadwiga opada ciężko na sofę i poprawia luźną ognistoczerwoną tunikę.

- Pani Jadwigo, trochę pani schudła. - Profesjonalnie ukrywając rozczarowanie, przyglądam się wydrukowi z analizatora składu ciała. - Tylko, że dosyć mało jak na dwa miesiące.

- No właśnie. Niech pani coś zrobi, zaraz wakacje, niech pani zobaczy, jak ja wyglądam!

- Może musimy obciąć trochę z kaloryczności. Tylko nie chcę, żeby pani była głodna. Może lepiej utrzymać takie wolne tempo, ale żeby dobrze się pani czuła?

- Ja się nie czuję dobrze, jak tak wolno chudnę. Ja zawsze wiedziałam, że jestem trudnym przypadkiem! Nie dość, że wolno chudnę, to jeszcze tyję ot tak, z powietrza! A dziś przychodzi tu moja siostra i jak mnie przegoni w tym odchudzaniu, to ja nie wiem!

To prawda. Niejaka pani Lucyna jest ze mną umówiona za godzinę i już trochę się boję.

- Na pewno nie będzie tak źle. - Staram się, by w moim głosie brzmiało zrozumienie.

- No, może. Ona na szczęście jest dużo grubsza ode mnie.

- A jak tam z tym nawadnianiem? - zmieniam temat. - Zastosowała się pani do moich wskazówek?

- No pewnie. Przecież mi zależy! No i piję już tę wodę, jak pani kazała: małymi porcjami.

- A właśnie, bo ostatnio nie spytałam. Nie ma już pani problemów ze smakiem wody? Smakuje pani?

- Nie, no taka zwykła to nie. Ale znalazłam na to sposób!

Twarz mojej pacjentki promienieje dumą. Z jakiegoś powodu przeczuwam, że to zwiastuje kłopoty.

- Woli pani gazowaną? - pytam z nadzieją.

- Nie no, tyle jest tych smakowych w sklepach. Truskawkowa mi najlepiej podchodzi. Albo dolewam soku z malin.

- Pani Jadwigo, ale tam jest cukier! Prosiłam panią, żeby nie dokonywała pani zmian na własną rękę.

- Jaki cukier? W wodzie?! - Pani Jeżyk jest autentycznie zdziwiona.

- Tak! Albo słodzik.

- No to chyba dobrze?

- Niekoniecznie. Wolałabym, żeby przestrzegała pani moich zaleceń. I jeszcze ten sok...

- Sok jest domowej roboty, od mamy - oświadcza pani Jadwiga, jakby to rozwiązywało wszystkie nasze problemy. - No i zjadłam mniej owoców, jak wypłam wodę z sokiem. Przecież to tak, jakbym zjadła trochę malin.

- Pani Jadwigo, w takim soku jest więcej cukru niż malin!

- Oj, zaraz cukru! A ile ja go tam wlewam...

- Ile by nie było, to dodatkowy cukier. Umawiałyśmy się, że będzie pani piła płyny bez kalorii. Czy jest jeszcze coś, o czym nie wiem?

Milczenie.

- Pani Jadwigo?

- Nie. Skąd?

* * *

Lucyna Lampka nie przypomina swojej młodszej siostry. Niska, dość flegmatyczna kobieta o okrągłej posturze, z bezkształtną fryzurą ufarbowaną na żółty blond stoi w drzwiach ze złożonymi rękami i wygląda, jakby chciała, żeby, broń Boże, nikt jej nie zauważył. Na jej ubiór składają się szara, marszczona spódnica o niekorzystnej długości

przed kostkę i niedopasowany żakiet w tym samym kolorze. Do tego popielate rajstopy i czarne rozchodzone sandały. Jeszcze jej nie znam, ale przeczuwam, że kolor ubrań dobrze określa jej osobowość.

- W czym mogę pomóc? - pytam, przywołując najbardziej uprzejmy uśmiech, na jaki mnie stać. Przechodzimy do pokoju.

Moje doświadczenia z tą rodziną są, jakby to powiedzieć, umiarkowanie-optimistycznie-nastrajające, ale nie chcę się uprzedzać. Poza tym mój kalendarz świeci przecież pustkami, więc nie powinnam chyba wybrzydząć.

- No, jak widać, gruba jestem. - Pani Lucyna uśmiecha się przepraszająco. - Może pani sobie z tym poradzi, bo ja nie potrafię.

- Wszystko będzie dobrze. - Uśmiecham się. - Zacznijmy od tego, że opowie mi pani trochę o sobie.

- Wie pani, ja tak od lat. Już w szkole średniej miałam problem, potem, wie pani, dzieci, a po trzecim to już ważyłam ze sto kilo. A potem jakoś czasu nie było, wie pani, jak to jest z dziećmi. A ja naprawdę chciałabym schudnąć, tylko nie mogę.

- Dobrze - udaje mi się wtrącić - a czego już pani próbowała, żeby schudnąć?

- Tak właściwie to, wie pani, niczego. - Kolejny przepraszający uśmiech. - Chociaż nie. No w sumie to byłam na wielu dietach, ale tak wytrzymywałam dwa, góra trzy dni, tylko, wie pani, czasu nie miałam i w ogóle.

- Teraz dzieci już ma pani na pewno odchowane, więc znajdzie pani czas. - Uśmiecham się pokrzepiająco. - Proszę mi opowiedzieć, co pani jada na co dzień i w jakich godzinach pani pracuje, żebym mogła zaplanować pani posiłki.

- Wie pani, ja nie pracuję. Nigdy w sumie nie pracowałam, bo zaraz po szkole średniej dzieci, jedno po drugim, i tak jakoś wyszło. Mąż mój ma dwa sklepy, czasem mu pomagam, wie pani, jak przed świętami albo jak kto się rozchoruje.

- Czyli je pani posiłki o w miarę stałych porach, w domu?

- Nie no, wie pani, to zależy, jak czas pozwoli. Zakupy muszę przynieść, oporządzić mieszkanie, obiadu nagotować, oprać wszystkich...

- Wszystkich? - wyrywa mi się.

- Ano tak, wie pani, dwójka młodszych nadal mieszka z nami, to tego prania jest trochę. Wie pani, oni się uczą, studiują, przecież nie będę im kazać czasu marnować, gdzieżby tak, żeby dzieci prały sobie u matki w domu rodzinnym? A Leonek, najstarszy, przychodzi czasem zjeść, albo mu weków narobię, bo, wie pani, on nie ma żony, a ci młodzi to teraz z gotowaniem na bakier, nic tylko na mieście jakieś paskudztwa wcinają, a nie ma to jak domowy prawdziwy obiad.

- Oj tak. - Zaczyna mi szumieć w głowie od tego potoku słów. - Mąż pani w ogóle nie pomaga?

- Nie no, jak to tak, żeby chłop w domu robił? - Pani Lucyna przygląda mi się z mieszanką rozbawienia i zdumienia. - Wie pani, on pracuje, wraca do domu zmęczony. Obiad musi zjeść, porządny. Przecież nie będzie po pracy jeszcze skarpet prał i kurzów ścierał.

- To o której pani jada posiłki? - Decyduję się nie wdawać w dyskusję o mężu pani Lucyny.

- No, jak zdążę rano zjeść coś do kawy, to jem. Tyle tych kanapek muszę narobić rano, mężowi do pracy, dzieciom do szkół, że potem to już nie mam czasu, bo muszę biec po zakupy. Bo, wie pani, najświeższe mięso na bazarku przywożą do dziewiątej rano. A potem to różnie jadam, szesnasta, sie-

demnasta, wie pani, jak już dzieci zjedzą. Mężowi później odgrzewam, bo późno wraca.

- Pani Lucyno, rozumiem, że ma pani mało czasu, ale najlepsze efekty osiągniemy, jeśli będzie pani jadła regularnie, cztery lub pięć razy dziennie.

- No ja wiem. - Pani Lampka skubie nerwowo pasek torebki. - Słyszałam tak już nieraz - pięć posiłków dziennie, ale kto ma na to czas? Wie pani, ja bym bardzo chciała, ale przecież muszę zadbać o rodzinę.

- Rozumiem, ale trzeba też zadbać o panią, prawda? - Po minie pani Lucyny wnioskuję, że niezbyt ją to przekonuje. - Po to się przecież spotkałyśmy, tak?

- Ja... Ja chyba myślałam, że będzie łatwiej.

- Ale... Przecież jeszcze pani nie zaczęła. - Staram się, by zdumienie nie malowało się z wykrzyknikiem na mojej twarzy.

- No tak. - Kobieta wbija wzrok w podłogę. - Ale Jadzia mówiła, że jak przyjdę, to pani mnie odchudzi, no to wie pani, pomyślałam, że mogłaby pani chociaż spróbować.

* * *

- Nie wiem, jak ty możesz ich nazywać pacjentami? - Władczy głos matki wdziera się do mojego ucha niczym odgłos startującego odrzutowca. Pluję sobie w brodę, że w ogóle odebrałam telefon. Niestety, byłam zajęta pracą na komputerze i wciskając przycisk „odbierz”, nie zwróciłam nawet uwagi na to, kto dzwoni. - Pacjenci to ludzie, którzy leczą się u lekarza - peroruje moja rodzicielka. - Ty możesz mieć co najwyżej klientów, chociaż nie wiem, czego oni u ciebie szukają, skoro nie możesz nawet wystawić recepty.

Założenie firmy to po wyborze kierunku studiów kolejna rzecz, którą odradzała mi matka. Zaproponowała nawet, że przez pięć lat będzie łożyć na moje utrzymanie, jeśli pójdę

po rozum do głowy i zdam na Akademię Medyczną, na jedy-
ny słuszny kierunek. Oczywiście odmówiłam, co stało się
początkiem otwartej wojny, która trwa do dziś.

- Mamo, nie potrzebuję wystawiać recept. Mówiłam ci, że
moja praca polega na identyfikacji tego, co robią źle w swo-
im żywieniu, i poprawieniu tego, żeby mogli schudnąć lub
mieć lepsze wyniki badań.

- Dziwne, że Akademia Medyczna pozwala na nauczanie
takich kierunków.

- Mamo, studiowałam na SGGW.

- Tym bardziej, co uczelnia rolnicza może wiedzieć o zdro-
wiu?

- Z tego, co wiem, mają dobrą kadrę i ciekawsze zajęcia
niż Akademia, a właściwie WUM, bo tak się teraz nazywa.

- Dziecko, kto ci takich głupot naopowiadał?!

Chociażby kilkanaście osób z mojego roku, które w swoim
wolnym czasie pieczołowicie uzupełniały podstawę progra-
mową, byle tylko przenieść się z WUM-u do nas. Gdy im się
to wreszcie udało, byli nie tylko zaskoczeni jakością kształ-
cenia, ale również tym, że są traktowani jak ludzie, a nie
„gorszej kategorii niedouczone odrzuty po lekarskim”, co
zdarzało się na WUM-ie. Gdyby moja mama była profeso-
rem, a nie ordynatorem w szpitalu MSWiA, świetnie by tam
pasowała. Ciekawe, czy od tamtej pory coś zmieniło się na
Uniwersytecie na lepsze?

- Jesteś taka uparta! Nie rozumiem tego. Tak dobrze się
zapowiadałaś!

- Mamo, proszę cię, nie zaczynajmy po raz kolejny tej roz-
mowy. - Wiem, że jeśli nie zduszę tego w zarodku, za chwilę
usłyszę to samo, co za każdym razem: że jako dziecko by-
łam wybitnie uzdolniona i dojrzała na swój wiek, a żebym
mogła jeszcze bardziej wyprzedzić swoich rówieśników,
matka posłała mnie do szkoły rok wcześniej. Potem, co nie

przestaje jej zadziwiać, z racji tego, że przekazała mi wspa-
niałomyślnie połowę swoich genów – coś poszło nie tak.
Tym czymś była moja wolna wola.

– Nigdy nie chciałaś słuchać dobrych rad i, proszę, gdzie
skończyłaś?! – A jednak, powiedziała to. – Ta twoja firma
skończy się prędzej, niż się zaczęła. Wspomnisz moje słowa,
gdy będziesz z płaczem przychodzić po pomoc!

Po moim trupie. Na potrzeby tej rozmowy roztoczyłam już
wizję sukcesu i licznych pacjentów polecających mnie in-
nym osobom. Gdyby wiedziała, jak jest naprawdę, to dopie-
ro stałaby się nie do zniesienia.

– Co u ciebie mamó? – Zmuszam się do przyjaznego tonu.

– A co ma być? Praca, praca i jeszcze raz praca. A twój
brat w ogóle mnie nie odwiedza. Twierdzi, że jest ciągle za-
jęty, ale chyba mam prawo czasem zobaczyć swoje wnuki?!

Może Janka znudziły wieczne dobre rady dotyczące tego,
jak ma je wychowywać. Dziwne, że nigdy jej tego nie powie-
dział, chociaż mógłby sobie pozwolić na dużo więcej niż ja.
Jest ginekologiem i robi właśnie doktorat.

– Tak, mamó – mówię.

– A co z Mateuszem?

– Nie rozumiem. Co ma z nim być?

– Oświadczył się wreszcie?

– Mamó! Rozmawialiśmy już o tym!

– Chyba mam prawo wiedzieć, kiedy moja córka przestanie
wreszcie żyć w konkubinacie i założyć rodzinę.

– Nie żyję w żadnym konkubinacie.

– Może i nie mieszkacie razem, ale myślisz, że jestem na-
iwna i nie wiem o pewnych sprawach?

– Mamó!

– Chodzić na randki to można przez rok. Potem należy się
zdecydować.

– Na co?

- Albo ślub, albo do widzenia. Nie ma na co czekać, a ty najlepszy wiek do rodzenia dzieci i tak już przegapiłaś.

- Janek oświadczył się Beacie po prawie pięciu latach znajomości.

- Och, z mężczyznami to jest inaczej.

Jak rozumiem, żony Janka zasada jednego roku również nie dotyczy. Ale ona, gdy chodziła z moim bratem, była przecież zajęta studiami medycznymi. A potem wszystko potoczyło się książkowo – zaręczyli się w Boże Narodzenie, gdy Beata była na ostatnim roku, kilka tygodni po jej ostatnich egzaminach wzięli kościelny ślub, a już rok później na świecie pojawiły się bliźniaki. Ulubienica swojej teściowej wróciła do pracy niecały rok po porodzie i obecnie zaczęła specjalizację z pediatrii, a przecież jest dwa lata młodsza ode mnie i przed trzydziestką spokojnie zdąży się postarać o kolejnego potomka.

- Mamo, muszę wracać do pracy.

- Jeżeli chcesz, ja mogę z nim porozmawiać.

- Z kim?

- Z twoim chłopakiem oczywiście!

- Mamo, ani się waż!

Tylko tego mi jeszcze brakowało! Niestety! Wiem, że matka ma numer telefonu do Mateusza. W zeszłym roku na wakacjach zepsuła się moja komórka i musiałam zadzwonić do niej z jego aparatu. Wolałam to niż późniejsze wielomiesięczne wyrzuty, że naraziłam ją na wielki stres, nie informując o bezpiecznym przylocie na miejsce.

Staram się nie wpadać w panikę i przekonać samą siebie, że ona na pewno tego nie robi. Telefonować do partnera córki, który nie jest jej mężem ani nawet narzeczoną, przecież nie wypada. Ale czy mogę być tego pewna?

- Mamo, przepraszam cię, ale naprawdę muszę kończyć. Odezwę się za kilka dni – kłamię i notuję w pamięci, by na-

stępnym razem przed odebraniem telefonu sprawdzić koniecznie, czy to nie ona dzwoni.

Kwadrans później ciężko wzdycham, patrząc na swój zielony zegarek. Właśnie kończę układać nowy jadłospis dla pani Jadwigi. Pomijając przerwę na uroczą konwersację z mamą, trochę mi to zajęło, bo pani Jeżyk przechodzi teraz fazę na mączne posiłki. Musiałam wymyślić dietetyczne wersje naleśników, placków, ciastek i pierogów, a potem wkomponować je jakoś w jadłospis o obniżonej kaloryczności. Zaczęłam już wczoraj, testując w domu rozmaite przepisy z mąki razowej z obniżoną zawartością tłuszczu. Nie wszystko wyszło za pierwszym razem, zanim dopracowałam proporcje, ale i tak musiałam to zjeść, bo krucho u mnie z pieniędzmi.

Wysyłam gotowy jadłospis i zerkam w rozpiskę rzeczy do zrobienia. Dietę dla pani Lucyny mam przygotować na jutro. Wcześniej, po blisko godzinie, udało mi się (mam nadzieję) ją namówić, by chociaż spróbowała rozpocząć odchudzanie. Gdy wysłuchałam jej historii o poświęcaniu całego życia rodzinie, było mi jej autentycznie żal. Niestety mam przeczucie graniczące z pewnością, że żaden z argumentów o zrobieniu czegoś dla siebie jej nie przekonał. Zgodziłyśmy się za to chociaż w tym jednym punkcie – dla urody i zdrowia powinna zrzucić trochę kilogramów. Cóż, dobre i to.

Dochodzi siedemnasta i powoli zbieram się do domu. Czerwiec jest w tym roku jakiś wyjątkowo smutny i deszczowy, a wszystko, o czym teraz marzę, to gorąca kąpiel i porządna (byle nie mączna, bo na samą myśl o mące robi mi się nie-dobrze) kolacja. Może nawet później kieliszek wina z Kamą na rozluźnienie? Zapraszała mnie wcześniej, ale nie miałam czasu odpisać na SMS-a. Wiem, że alkohol jest niezdrowy i tuczy, ale jeden kieliszek nikomu jeszcze nie zaszkodził.

Co innego, jak ktoś przesadza, ale mnie to na pewno nie grozi.

Potem wreszcie weekend. Dwa dni, podczas których postaram się nie myśleć, jak fatalnie idzie mój wymarzony biznes, i o tym, co sądzi o mnie moja matka.

Przed wyjściem postanawiam jeszcze dokonać szybkich porządków: odkurzenia i wycierania kurzów, żeby na poniedziałek w gabinecie było czysto i przyjemnie. Ku mojej radości zapisał się wreszcie kolejny nowy pacjent, a ja zamierzam dołożyć wszelkich starań, żeby został ze mną na dłużej. O ile przyjdzie, oczywiście.

Dwadzieścia po piątej, spakowana i odziana w zbyt cienki beżowy płaszcz (rano wydawało mi się, że będzie słonecznie), robię obchód gabinetu, by sprawdzić, czy zgasilałam wszystkie świece, światła i pozamykałam okna. Spacerując po pokojach, napawam się gustownym wystrojem, który od początku do końca zaplanowałam sama, nie mając dużych funduszy ani specjalistycznej wiedzy.

Zatrzymuję się na dłużej przy sofie w kolorze wielbłądzim i przesuwam palcami po delikatnej tkaninie obicia. Specjalnie dobrałam kojący, naturalny kolor i materiał o miłej fakturze, by oddziaływać na wszystkie zmysły i sprawić, że pacjenci poczują się zrelaksowani i bardziej otwarci. Gdybym została architektem wnętrz, tak jak kiedyś marzyłam, mogłabym takie projekty robić codziennie, ale stało się inaczej, i musi mi wystarczyć to, co mam. Ostatecznie, mój zawód jest całkiem fajny, tylko niektórzy ludzie trochę mniej...

Sprawdziwszy wszystko, jak należy, poprawiam jeszcze krzywo stojące krzesło, zdejmuję klucz z haczyka i idę do drzwi. Weekend już tak blisko, na wyciągnięcie ręki! Wreszcie zobaczę Mateusza. Niedawno dostał awans, więcej pracuje i tak rzadko się ostatnio widzimy...

Nagle, gdzieś z czeluści torebki, dobiega mnie dźwięk przychodzącego SMS-a. A potem następny, następny... i następny. To chyba nie znowu matka? Nie, ona gardzi pisanie SMS-ów.

Zaciekawiona i trochę zaniepokojona, odkładam torbę na stolik w poczekalni i przekopuję ją w poszukiwaniu komórki.

Nadawcą szeregu wiadomości, przez które mój telefon zgłupiał i zawiesił się na trzy minuty, jest Julitta Jeżyk. Ciekawe. Myślałam, że znowu zmieniała zdanie po tym, jak kolejno w poniedziałek, wtorek i środę obiecywała, że niedługo zapłaci i wyśle mi uzupełniony formularz, a w czwartek nie odpisała mi wcale.

Treść wiadomości niemalże zwała mnie z nóg. Kieliszek wina, kolacja ani nawet godzinna kąpiel tu nie pomogą. Zresztą i tak nie będę miała na nie czasu. Siadam na eleganckim krzeselku obitym zamszową tapicerką, opieram głowę o ścianę i przymykam oczy.

Witam,niemiałam czasu maila napisać.Jadłam:środa kanapka z wedliną,obiad:zupa pomidorowa z ryżem, mięso w sosie i ziemniaki,potem baton protein.Wieczorem jajkana miękko w domu,piwo na mieście potem.Duże, b.soku!Czwartek- owsianka na ml.migdałowym,na 2sn. jabko,pozniej krem z brokuł. I łosoś bez sosu.ryżu miseczka.Na kolację kanapki i koktajl z truskawek duży.Chyba jeszcze orzeszki.Dziś:rano sałatkę jarzynowa z chl. Bez mąki.potem 2cukierki.Obiad: lazania ze szp.i serem!parę truskawek.na kolacje zjem ser.wiejs. zWarzywami, bez chl.!Zapłaciłam właśnie,proszę mi zrobić dietę,muszę od jutra zacząć,bo Niedługo naUrlop wyjeżdżam imusze schudnąć.pozdrawiamJulitta

- *MYŚLAŁAM, ŻE JAK U DIETETYKA, TO
ZAWSZE JEST ZDROWO!*
- *TAK. I WŁAŚNIE DLATEGO NIE MOGĘ
UŁOŻYĆ DIETY, NA KTÓREJ SCHUDNIE
PANI ZBYT SZYBKO.*

PIĄTEK, 7 LIPCA

Trzy piątki później, gdy mokre i przykre dni ustąpiły jasnym i pogodnym, mam wreszcie powody do radości. Nieliczni pacjenci, którzy towarzyszą mi od kwietnia, maja oraz czerwca, osiągają pierwsze sukcesy! Może nie wszyscy, ale większość z nich. Pani Maja, młoda mama, schudła siedem kilogramów i weszła wreszcie w ukochane spodnie, czekające w szafie od kilkunastu miesięcy. Pan Adrian, trenujący crossfit, schudł sześć kilogramów i jego sześciopak jest teraz lepiej widoczny. Dziś dzwonił, że polecił mnie swojemu bratu. Pani Bronisława, emerytka z podwyższonym cholesterolem, zrzuciła pięć kilogramów w siedem tygodni i wczoraj pochwalił ją lekarz za lepsze wyniki badań. W dodatku mój kalendarz wreszcie zaczął się zapełniać! Nie jest może rewelacyjnie, ale w czerwcu nie zanotowałam straty, a w tym miesiącu najprawdopodobniej nawet będzie jakiś zysk!

Z uśmiechem na ustach przestępuję próg gabinetu, dzierżąc w dłoni nowy egzemplarz czasopisma branżowego, który dziś rano przyszedł pocztą. Okładka krzyczy, że nie ma dowodów na konieczność stosowania diety bezglutenowej u osób z chorobą Hashimoto, przewlekły stres może zwiększać ryzyko otyłości, a zaburzenia mikroflory jelitowej powodować agresję i depresję.

Może nie będzie tak źle, może wcześniejsze moje niepowodzenia wynikały ze splotu niekorzystnych okoliczności i złego nastawienia. Tak powiedziałaby Mateusz, gdyby oczywiście o nich wiedział.

Dziś wieczorem czeka mnie nie lada wyzwanie. Jesteśmy umówieni na siedemnastą trzydzieści do kina, a potem

mamy zjeść razem kolację. Na podstawie tego, co Mateusz mówił przez telefon, wnioskuje, że zamierza poruszyć temat wakacji. Notuję w pamięci, żeby w przerwie skoczyć po pudełko melisy. Nie mogę pozwolić na to, by stres dodał mi kilogramów.

Wakacje. Zawsze je uwielbiałam i z utęsknieniem czekałam na urlop. Razem z Mateuszem za każdym razem wybieraliśmy inne miejsce. W tym roku nie będzie tak gładko. Moje oszczędności stopniały, a pieniędzy od kwietnia nie przybyło wcale. Tylko że mój chłopak wierzy, że firma ma się bardzo dobrze. Nie mogę mu o niczym powiedzieć, jeszcze chciałby zapłacić za nas oboje, a tego bym nie zniosła. Jestem samodzielną, samowystarczalną kobietą i muszę poradzić sobie sama! Poza tym trochę się jednak boję, że matka do niego zadzwoni i moje konfabulacje wyjdą na jaw.

Zamykam plik z dietą dla jednej z nowych pacjentek, odkładam laptopa na stolik kawowy i przeciągam się w Fotelu Prezesa. Z jakiegoś powodu lepiej mi się dziś pracuje na nim, a nie przy biurku. Nastawienie i mentalność zwycięzcy to podstawa do osiągnięcia sukcesu! Tak na pewno powiedziałby Mateusz, a od siebie dodałabym jeszcze zadbaną mikroflorę jelitową.

Jadłospis, nad którym pracowałam, wciąż nie jest skończony, ale pacjentka wyjechała i spokojnie mogę go przesłać nawet w poniedziałek. Ułożenie diety wegańskiej i w dodatku bezglutenowej dla osoby z anemią nie należy do szczególnie łatwych i przyjemnych. Z jakiegoś powodu natura nie przewidziała takiej kombinacji chorób i upodobań, a żelazo umieściła przede wszystkim w czerwonym mięsie, podrobach, jajkach i ziarnach zbóż. Byłoby łatwiej, gdybym mogła wykorzystać w jadłospisie komosę ryżową i amarantus, czyli zamienniki glutenowych zbóż, całkiem bogate w żelazo. Niestety, okazało się, że pani Marcela uważa je za wyjątko-

wo niesmaczne, a w dodatku absurdalnie drogie, i moje możliwości dostarczenia jej żelaza znacząco się skurczyły.

Zaglądam do kalendarza, chociaż wiem, co tam zobaczę. O szesnastej trzydzieści mam spotkanie z niejakim Leonem Lampką, Leonkiem – jak nazywa go troskliwa mama. Będę miała mało czasu jak na pierwszą wizytę, ale Leonek (to znaczy pan Leon) zapewnił mnie telefonicznie, że jest konkretnym facetem i nie zajmie mi dużo czasu. W dodatku tylko o tej godzinie może się wyrwać na chwilę z pracy, a w poniedziałek to za późno, bo zależy mu na czasie. Gdzie ja to już słyszałam?

Cóż, jeśli w ostatniej chwili zmieni zdanie, najwyżej wyjdę pół godziny wcześniej i do kina przejdę się spacerem i spalę trochę kalorii. A potem może pochodzę po sklepach popatrzyć na rzeczy, które kupiłabym, gdybym miała pieniądze.

Szesnasta trzydzieści zbliża się nieubłaganie, a we mnie narasta jakiś niepokój. Biorę kilka głębokich wdechów i nakazuję sobie zachować spokój. Chyba wpadam w jakąś paranoję – nie mam przecież powodów do niepokoju. Pan Leon brzmiał przez telefon całkiem do rzeczy. Zresztą dziś rano potwierdził spotkanie, a właściwie zrobiła to jego asystentka. Skoro potraktował to tak oficjalnie, to chyba mnie nie wystawi?

O szesnastej dwadzieścia dziewięć dzwoni telefon.

– Witam. – Słyszę w słuchawce. – Jesteśmy umówieni na szesnastą trzydzieści, ale przedłużyło mi się ważne spotkanie. Zaraz będę do pani jechał.

Jakaś wielka, niewidzialna gula rośnie mi w gardle.

– O której może pan u mnie być?

– Za piętnaście, dwadzieścia minut, zależnie od tego, co będzie na drodze.

– Panie Leonie, o siedemnastej kończę pracę, może przełożymy w takim razie spotkanie na poniedziałek.

- Przecież to tylko dwadzieścia minut. Ja już jadę.
- Właściwie to potem jestem umówiona i trochę mi się spieszy.
- Tak to już jest w biznesie. - Pan Leon parska śmiechem. Może mi się wydaje, ale zabrzmiało to nieco grubiańsko. - Trzeba być elastycznym!
- Tak? - Moja dłoń zaciśnięta na telefonie robi się biała i zimna.
- No niestety. Jeśli pani nie będzie dostępna, to klient pójdzie gdzie indziej. Kto nie jest elastyczny, przegrywa.
- Mimo wszystko... - zaczynam.
- Im dłużej rozmawiamy, tym później przyjadę - przerywa mi mężczyzna. - Będę za dwadzieścia minut. Do zobaczenia!

Klik. Koniec rozmowy. Opadam na fotel, zaciskając pięści w bezsilnej złości. Mojemu nastawieniu w tej chwili daleko do idealnego, a moja mikroflora kotłuje się niespokojnie w jelitach, ale jest mi w tej chwili bardzo wszystko jedno.

Gdy pan Leon dociera na miejsce o szesnastej pięćdziesiąt pięć, nie jest lepiej. Otwieram drzwi i nie mam wątpliwości, że stoi przede mną człowiek sukcesu. W oczy od razu rzucają mi się błyszczące pantofle, dobrze skrojony garnitur, nieskazitelna jedwabna koszula, a wszystko to spowija intensywny zapach wody kolońskiej, zapewne bardzo drogiej.

- Dzień dobry. Leon Lampka. Proszę wybaczyć spóźnienie, to była wyjątkowa sytuacja. - Wyciąga do mnie rękę. Zamaszty wystudiowany gest pozwala mi ujrzeć, jak zegarek droższy od mojego samochodu wyłania się spod mankietu ozdobionego srebrnymi spinkami.

Uścisk dłoni jest mocny, stanowczy. Człowiek sukcesu, jak nic! Bezwiednie poprawiam kołnierzyk mojej prawie eleganckiej białej bluzki, która po ośmiu godzinach pracy i po-

dróży komunikacją miejską już wcale nie jest taka nieskazitelna.

- Proszę do środka. - Wskazuję mu dłonią drogę.

Mężczyzna sprawia wrażenie, jakby w ogóle się nie spieszył. Spokojnie kroczy po gabinecie, rozglądając się naokoło, a na koniec sadowi się (oczywiście!) w Fotelu Prezesa.

- Wie pani, na pani miejscu zmieniłbym układ tego gabinetu.

- Słucham? - Zastygam, wyciągając rękę po długopis.

- Mnie to w sumie nie przeszkadza, ale ja pracuję w biznesie i wiem, czego oczekują ludzie.

- To znaczy?

- Te meble są za blisko okna i ludzi to może rozpraszać. W dodatku jak klient siedzi tyłem do drzwi, to poświęca pani o trzydzieści procent mniej uwagi. - Mężczyzna omiata pomieszczenie krytycznym spojrzeniem. - Poza tym z tego fotela, mimo tego regału, widać pani biurko.

Bo to mój cholerny fotel!

- Chyba nie chce pani, żeby klient patrzył, co pani przegląda na komputerze. - Pan Lampka puszcza do mnie oko, jakby spodziewał się po mnie co najmniej oglądania filmów porno w przerwie obiadowej. - Albo żeby zobaczył talerz po lunchu - dodaje. - To nieprofesjonalne.

- Dziękuję za uwagi - cedzę słowa, dyskretnie zerkając na zegar ścienny. - Ale przejdźmy może do tego, co pana do mnie sprowadza.

- Oczywiście. - Pan Lampka prostuje się w fotelu i splata palce. - No cóż. Sprawa jest prosta. Muszę schudnąć parę kilogramów. Wizerunek jest ważny w mojej pracy, muszę dobrze wyglądać. A prowadzę taki styl życia, że... wie pani, trudno to pogodzić. - Zostaję obdarowana czarującym - przynajmniej w zamyśle - uśmiechem.

- Rozumiem, że potrzebuje pan diety.

- Niezupełnie. Interesują mnie same konkrety.
- Konkrety?
- Tak. Triki. Tipy. Samo „mięcho”, że się tak dosadnie wyrażę. - Zamaszysta gestykulacja ponownie ujawnia błysk zegarka. - Prowadzę taki styl życia, że nie mam czasu na zabawy z dietami i myślenie o jedzeniu. Jestem zorientowany na cel.
- Nadal nie bardzo rozumiem - mówię z wahaniem.
- Bądźmy szczerzy. Ja wiem, jaki jest biznes. - Mężczyzna mruga porozumiewawczo. - Interesuje mnie wszystko to, co zachowuje pani dla siebie i dawkuje klientom stopniowo. Mogę więcej zapłacić, jeśli trzeba.
- Może zacznijmy od tego, że opowie mi pan pokrótce, jak się pan odżywiał do tej pory? - proponuję, chociaż mój limit zdumienia na dziś i tak już został przekroczony.
- Jeśli to konieczne... - Pan Lampka zerka na zegarek. - Niedługo muszę wracać do pracy. Mam ważne spotkanie ze strategicznym klientem. - Też miałam spotkanie. Ale trzeba być elastycznym. - Swoją drogą, to dziwne, że pracuje pani w piątek tylko do siedemnastej. - Pan Leon nie przestaje przekazywać mi swoich złotych rad. - Powinna pani przedłużyć pracę co najmniej do dwudziestej. Albo dwudziestej pierwszej. Wie pani, ludzie w tym mieście pracują do późna. Powinna się pani dostosować do ich standardów, jeśli chce pani zaistnieć w tym biznesie.
- Muszę wiedzieć, co pan teraz jada, żeby móc dobrać odpowiedni jadłospis korygujący ewentualne błędy. - Uwagę o godzinach pracy zbywam chłodnym milczeniem.
- No dobrze, to tak w skrócie. Śniadań nie jem, bo nie mam na nie czasu ani ochoty. Piję kawę z ekspresu, potem jeszcze trzy, cztery takie w pracy. Słodzę mało. Na lunch chodzę do restauracji.
- Jakich? - wtrącam.

- Różnych.

Faktycznie, teraz wiem o wiele więcej.

- Wieczorem, przeciętnie sześć razy w tygodniu jem kolację z którymś z klientów lub kontrahentów. Wie pani, jak to jest w biznesie.

Nie wiem. Niedługo nie będzie mnie stać na parówki.

- Co pan wtedy jada?

- To jest właśnie problem. Wie pani, ja omawiam z nimi poważne sprawy i zajmuje to zwykle kilka godzin. W tym czasie zjadamy przystawkę, dwa dania i deser. Oczywiście, jak to na takich spotkaniach, zazwyczaj pojawia się alkohol. Wie pani, tak łatwiej się dyskutuje o biznesie.

Kiedy o tym wspomniał, nagle sama poczułam chęć na alkohol. Chociaż jest niezdrowy i tuczący, przynajmniej może ułatwiłby mi tę dyskusję.

- Powiedział pan, że jada pan tak sześć dni w tygodniu. A co z siódmym dniem?

- W niedzielę zwykle jadam obiad u mamy. Strasznie nuży mnie ta nudna, tradycyjna polska kuchnia, ale trzeba zrobić staruszce przyjemność, prawda? Po takim obiedzie z reguły dostaję słoiki na kilka dni. Rozumie pani? Słoiki! A przecież jestem z Warszawy. - Chichocze, czyli to chyba miał być żart. - No ale, wie pani, umówmy się, przecież to wstyd zabrać coś takiego do pracy, a w domu nie jadam, więc zazwyczaj to wszystko ląduje potem w koszu. To oczywiście niech zostanie między nami. - Kolejne porozumiewawcze mrugnięcie.

Zaciskam mocniej palce na zielonym długopisie. Najchętniej zadzwoniłabym od razu do pani Lucyny i powiedziała jej, że może sobie darować wekowanie, bo Leonek się go wstydzi.

Tymczasem zegar wskazuje siedemnastą dwanaście. Kino jest blisko mojego biura, ale nie aż tak. Mateusz będzie roz-

czarowany. Planowaliśmy to wyjście od blisko dwóch tygodni!

- Przepraszam pana, ale muszę napisać SMS-a, że nie dotrę na miejsce w wyznaczonym czasie.

- Wie pani, ja się nie czepiam, ale inny klient... Sprzedaje pani kawałek swojego czasu, więc powinna pani poświęcić w pełni swoją uwagę osobie, która płaci.

„Im dłużej rozmawiamy, tym później to napiszę i wrócę do naszej rozmowy” - przychodzi mi na myśl. Poza tym sprzedaż dotyczyła kawałka czasu między szesnastą trzydzieści a siedemnastą. Teraz to już mój wolny czas.

- To zajmie tylko chwilę - mówię jednak, mając do siebie coraz mniejszy szacunek.

Mężczyzna kiwa głową z pobłażaniem, doprowadzając moją mikroflorę do furii.

- Podsumujmy - odzywam się po minucie. - Nie je pan śniadań, pije dużo kawy, słodzi, prawie codziennie jada pan duże porcje w restauracjach, przejada się pan wieczorami i kilka razy w tygodniu spożywa alkohol, co prawie na pewno jest przyczyną pana nadwagi.

- Dokładnie. Mam Internet i wiem, że to źle, ale nie mam czasu ani ochoty, by to zmienić.

- W takim razie ja nadal nie bardzo wiem, jak mogę panu pomóc.

- To proste. - Pan Leon rozpiera się w Fotelu Prezesa. - Proszę mi zdradzić tajemnicę.

- Jaką tajemnicę? - Z trudem powstrzymuję się, by nie dodać „do jasnej cholery”. Albo czegoś gorszego.

- Proszę pani, ceńmy swój czas. Potrzebuję sposobów. Szybkich trików. Co zrobić, by kawa nie odwadniała, jak wypłukać zjedzony cukier z organizmu, jak sprawić, by późne duże kolacje nie tuczyły, i co zażyć, by zniwelować działanie alkoholu.

- To znaczy?

- Nie wiem, niech pani mi powie, to pani jest specjalistką. Czytałem w Internecie, że jak wypiję szklanę wody z wciśniętą połówką cytryny, to alkohol się nie wchłonie.

- Panie Leonie, najlepszy sposób na to, by alkohol się nie wchłoniął i nie tuczył, to po prostu go nie pić. - Mój głos staje się szorstki. - Tak samo z kolacjami i słodzeniem. Nie ma magicznego sposobu na to, by takie odżywianie się nie powodowało przyrostu wagi, nie mówiąc już o odchudzaniu w sytuacji, kiedy nie chce pan nic zmieniać w swoim jadłospisie!

- My się chyba nie zrozumieliśmy. Ja muszę schudnąć! Przyszedłem tu, gotowy zapłacić duże pieniądze, żeby pani coś z tym zrobiła.

- Ja?

- A kto inny?

- Ale co ja mogę zrobić, jeśli pan chce, żeby wszystko zostało dokładnie tak, jak jest?

- Proszę pani, ja pracuję w biznesie. Zbyt dobrze zarabiam, jeśli wie pani, co mam na myśli, by rzucić wszystko i tracić czas na zdrowe odżywianie. Jestem tu z polecenia mojej ciotki. Założyłem, że pani, jako specjalistka, posiada wiedzę niezbędną do tego, żeby pomóc mi osiągnąć cel. Jeśli pani takiej wiedzy nie posiada, to nie bardzo rozumiem, jak może pani robić na tym biznes i żądać pieniędzy za swoje usługi?

* * *

- Naprawdę przykro mi, że musieliśmy to przełożyć - odzywam się znad porcji makaronu z pomidorami i parmezanem.

Siedzimy w zacisznej włoskiej knajpce w Centrum, pachnącej drewnem i bazylią. Jestem strasznie głodna i pożeram

wzrokiem danie na talerzu Mateusza – kurczaka zapiekanego z gorgonzolą i szpinakiem na kluseczkach gnocchi. Zdecydowałam się jednak na najtańsze danie z karty. Poprosiłam też kelnera o pomniejszoną porcję dla dzieci, przekonując chłopaka, że z powodu natłoku zajęć za późno zjadłam lunch i teraz nie jestem bardzo głodna.

– To nic, kochanie. Rozumiem. – Otrzymuję pokrzepiający uśmiech.

– Ten facet spóźnił się dwadzieścia pięć minut na spotkanie, które miało trwać pół godziny!

– No niestety, ludzie w ogóle nie szanują czyjegoś czasu. A może to faktycznie była nieprzewidziana sytuacja? Najważniejsze, że przyszedł, zapłacił i interes się kręci.

Czy ja wiem... nie wydaje mi się, żeby pan Leon Lampka chciał brać jeszcze udział w rozkręcaniu mojego interesu.

Właściwie to czuję się trochę oszukana. Siedem lat studiów, praktyk i kursów, a nikt mi nie powiedział, że istnieje magiczny trik, jakaś tajemnica, dzięki której mogłabym odchudzać ludzi bez ich udziału i w jeden wieczór zarobić na wszystkie rachunki!

– Porozmawiajmy o wakacjach. – Mateusz wyciera usta serwetką. Jego kurczak zniknął. Tak samo jak mój makaron, z tym, że ja nadal jestem głodna. – Gdzie chciałabyś pojechać w tym roku?

– Kochanie, nie bądź zły, ale... w te wakacje chyba nie bardzo mogę sobie pozwolić na wyjazd.

– Jak to? – Mateusz przygląda mi się badawczo.

– Wiesz, dopiero co otworzyłam gabinet, mam sporo pracy, nowych pacjentów, którzy mnie potrzebują. Nie mogę teraz wyjechać.

– To nasza tradycja...

– Wiem. Ale to wyjątkowy rok. – Wyjątkowy, jak w mordę strzelił! – Przepraszam – szepczę. – Może uda się pojechać

gdzieś jesienią?

- Kochanie, chyba nie chodzi o pieniądze? - Mateusz chwytając mnie za rękę. - Przecież wiesz, że mogę...

- Nic z tych rzeczy! - protestuję szybko. - Po prostu chciałabym się teraz skupić na firmie. Nie chcę przegapić nowych zapisów albo ryzykować, że pacjenci stracą motywację, kiedy mnie nie będzie.

- Widzę, że bardzo ci zależy na tej pracy. - Mateusz uśmiecha się, chociaż widzę, że jest nieco rozczarowany. - To w sumie nie jest takie dziwne, marzyłeś o tym od skończenia studiów.

- Oj tak, żebyś wiedział. - Jednym haustem wypijam pół szklanki wody, która mi została. - Wiesz co, chodźmy stąd. Kupmy jakieś wino i przenieśmy się do domu.

W piątkowy wieczór sam spożywczy blisko mojego mieszkania (a szczególnie dział alkoholowy) jest pełen ludzi. Wysłałam Mateusza na koniec sklepu pod pretekstem zakupu jogurtu, niezbędnego mi na jutro, i szybko wybieram najtańsze wino. Właściwie jest tak tanie, że chyba wezmę dwa. Wystarczy, żeby odwrócić uwagę ukochanego (i własną) od mojej sytuacji zawodowo-finansowej.

Spotykamy się w połowie drogi, w alejce ze słodyczami, a mój żołądek śpiewa i tańczy. Albo wyśmiewa się z mizernej kolacji, którą mu zaaplikowałam. Z trudem powstrzymuję się, by do koszyka nie włożyć kilku czekolad. Wiem jednak, że to by jeszcze bardziej zaszkodziło mojej mikroflorze i figurze (która i tak musi się zmagać z ogromem tuczącego stresu). Poza tym, szczerze mówiąc, szkoda mi funduszy na zakup słodyczy. Jeśli je kupię, zabraknie mi pieniędzy na jutrzejszy obiad.

Parę chwil później, stojąc w długiej kolejce przy kasach, rozglądam się nerwowo, czy gdzieś w okolicy nie czai się pacjent gotowy podejrzeć, co mam w koszyku. Kamila po-

wiedziałyby, że jestem głupia albo mam paranoję. Tymczasem dwa winy patrzą na mnie oskarżycielsko z przybrudzonego czerwonego koszyka. Zaczynam się zastanawiać, czy to dobry pomysł, żeby dzisiaj tyle pić. Jutro muszę być w formie. Wczesnie rano zamierzam pobiegać, a potem wybieram się na szkolenie z dietytyki sportowej, na które zapisałam się, kiedy jeszcze miałam pieniądze.

- Zaczekaj - mówię do Mateusza. - Zapomniałam jeszcze o czymś.

Zostawiam go przy kasie z pytającą miną, a sama biegnę na dział warzywno-owocowy. Po chwili wracam z dwiema dorodnymi cytrynami.

CZWARTEK, 3 SIERPNIA

Chyba za wcześnie się ucieszyłam moim zapełniającym się kalendarzem. Sierpień nie zaczął się najlepiej. Wczoraj zadzwoniła do mnie pani Julia, z którą zaczęłam współpracę w lipcu. Powiedziała, że bardzo by chciała, ale z powodów finansowych nie jest w stanie kontynuować diety. Być może odezwie się na jesieni, gdy jej sytuacja w pracy się ustabilizuje.

Gdyby tak moja chciała się ustabilizować! Tym bardziej, że pani Marcela znowu wyjechała (nie była zresztą zadowolona z efektów dietoterapii anemii jadłospisem pozbawionym większości dobrych źródeł żelaza, więc nie wiem, czy do mnie wróci). Pan Marcin, kolejny z nowych pacjentów z lipca, po zaledwie dwóch tygodniach diety przestał odpisywać mi na maile i odbierać telefony, a pan Michał (umówiony na pierwsze spotkanie w przyszły poniedziałek) zadzwonił dziś, że rezygnuje. Miłośnik crossfitu, pan Adrian, osiągnął swój cel, którym było schudnięcie dziewięciu kilogramów, i pożegnał się ze mną wylewnie, przepraszając za brata, który jednak zmienił zdanie i nie przyjdzie na spotkanie. Dzieła zniszczenia dopełniła pani Marysia, która rano poinformowała mnie mailem, że wyjeżdża spontanicznie na cały miesiąc i odezwie się (być może) po powrocie. Pani Maja, która miała u mnie być na dziewiątą, nie przyszła, a gdy do niej zadzwoniłam, powiedziała, że nie ma teraz czasu, bo zachorowało jej dziecko, ale odezwie się, jak będzie mogła.

O tak, gdyby moja sytuacja zawodowa się ustabilizowała... przestałabym opróżniać zakazane zakamarki szafek kuchennych i zrobiłabym porządne zakupy. Spałabym spokojnie, nie budząc się w nocy zlane potem, bo znowu śniło mi

się, że bank nasłał na mnie komornika. Albo naprawiłabym wreszcie samochód, bo dojazdy autobusem z przesiadkami robią się coraz bardziej męczące, a na domiar złego kończą mi się wymówki dla Mateusza, który ostatnio znów pytał, dlaczego auto jest nadal niesprawne.

Stoję w biurze, w swoim mikroskopijnym aneksie kuchennym, i patrzę przez okno na zmęczoną, nagrzaną ulicę. Upał panuje już od ósmej rano, a w każdym autobusie unosi się duszny zapach potu i rozgrzanego plastiku. Oczywiście, jak to zwykle bywa, kierowcy nie zawsze pamiętają, by włączyć klimatyzację. O dziwo, częściej pamiętają o tym, gdy na zewnątrz jest około dwudziestu stopni albo i mniej, przykładając się tym samym do epidemii chorób zatok.

Z ulgą stwierdzam, że niebo nad sąsiednimi blokami nieco pociemniało. Jeśli trochę popada, to może temperatura po południu będzie bardziej znośna.

Za pół godziny przychodzi moja najwierniejsza pacjentka – pani Jadwiga. Spotkania z nią zawsze są zaskakujące, ale dzisiejsze to już w ogóle jest wielką niewiadomą. Pani Jeżyk ma przyprowadzić swoją mamę, która cierpi na chorobę wieńcową. Lekarz orzekł, że starsza pani potrzebuje pilnej konsultacji dietetyka. Chciałabym poznać tego lekarza. Mogłabym go przedstawić swojej matce.

Z powodu pogody, wadliwego działania mikroflory lub bliżej nieokreślonych złych przeczuć moje zmysły są nieco przytępione i sama już nie wiem, czy powinnam zrobić sobie trzecią kawę czy raczej zaparzyć ziółka na uspokojenie. Myśl o spotkaniu z panią Jadwigą w końcu przechyliła szalę na stronę ziółek.

Punktualnie pół godziny później dwie kobiety stają w drzwiach mojego gabinetu. Pani Aniela, bo tak nazywa się rodzicielka pani Jadwigi, to niska, nieco przygarbiona staruszka. Ma na sobie obszerną, burą sukienkę i popielate

rajstopy, a na szyi łańcuszek z okularami. Z wyglądu bardziej przypomina swoją starszą córkę, ale te szpiczaste brwi i bystre, ciemne oczy żwawo lustrujące mnie i otoczenie... Cała pani Jadwiga!

- Dzień dobry, pani doktor. - Głos pani Anieli jest mocny i stanowczy. Nie takiego spodziewałam się po drobnej staruszce.

- Właściwie to ja nie jestem lekarzem, pani Anielo - prostuję. - Skończyłam żywienie człowieka, jestem dietetykiem.

- Ach tak. Co ta Jadźka wymodziła? - Starsza pani zwraca się w kierunku córki, kiwając głową z niedowierzaniem. Zastanawiam się, co to miało oznaczać i czy przypadkiem nie zostałam właśnie obrażona.

- Zapraszam do środka, proszę się rozgościć na sofie. Zraz przyjdę, zamknę tylko okno w drugim pokoju, bo zbiera się na burzę.

Gdy po chwili zjawiam się w gabinecie, orientuję się, że moja prośba została spełniona połowicznie. Wprawdzie pani Jadwiga ulokowała się we właściwym miejscu, ale jej matka siedzi rozparta w Fotelu Prezesa i zniecierpliwiona popukuje szponiastymi palcami w podłokietnik. Za oknami kotłują się grafitowe chmury. Pierwsze krople deszczu stukają o blaszane parapety. Ze stłumionym westchnieniem siadam obok pani Jadwigi na sofie, której kolor dziś wcale nie wydaje mi się już taki kojący.

- Może zaczniemy od pani, pani Jadwigo - proponuję i natychmiast karci mnie głośnie chrząknięcie z fotela.

- Tak. - Pani Jeżyk zerka niespokojnie na matkę. - No więc, musimy coś zmienić!

- Co takiego?

- Mój organizm domaga się słodkiego!

- To pewnie taki etap, jest pani już na diecie dosyć długo i...

- Nie. Ja się po prostu źle czuję. Czytałam kiedyś, że trzeba słuchać swojego organizmu, że na przykład kiedyś dzieci, co potrzebowały wapna, to lizały ściany. Albo jak ludzie tracili w upale sole mineralne w pocie, to później chciało im się słonego. Ja mam tak ze słodkim!

- Pani Jadwigo, to trochę bardziej skomplikowane. Wapń, potas czy nawet sód są potrzebne organizmowi. Cukry, w znaczeniu: węglowodany - też, ale cukier w słodyczach nie jest nam do niczego potrzebny. Organizm świetnie sobie bez niego radzi, a glukozę wytwarza na przykład ze zjedzonej kaszy czy chleba.

- Nie wydaje mi się - powątpiewa pani Jadwiga. - Mnie boli głowa, jak nie zjem słodkiego.

- Ludzie zawsze jedli cukier i dobrze było - wtrąca pani Aniela.

- Cukier stołowy to używka. Tak samo jak kawa czy alkohol - tłumaczę. - W dodatku może wywoływać stan przypominający trochę uzależnienie, z czego nawet nie zdajemy sobie sprawy, dopóki go nie odstawimy. Bo po jego odstawieniu mogą się pojawiać takie właśnie nieprzyjemne objawy.

- Teraz to pani powiedziała! - Grymas niezadowolenia marszczy twarz staruszki. - Wmawia pani mojej córce jakieś uzależnienia! To jest dobre dziecko. Nie to, co jej starsza siostra. Ta to nie ma za grosz charakteru. Zupełnie jak jej, pożał się Boże, ojciec! Tfu!

- Mamo, nie mówi się źle o zmarłych! - Pani Jadwiga żegna się szybko, spoglądając lękliwie za okno, jakby świętej pamięci ojciec stał tam i wszystko słyszał. Przechodzi mnie dreszcz.

- Taka jest prawda. Lucyna zawsze była taka rozmemłana. Dziwię się, że Zenek...

- Mamo!

Z tego, co mi wiadomo, Zenek (kimkolwiek jest) ma z panią Lucyną święte życie. Podobnie jak trójka ich dzieci, z których najstarsze miałam (nie) przyjemność nie tak dawno temu bliżej poznać. Nie sędzę, żeby rozmemłanie żony aż tak przeszkadzało zapracowanemu właścicielowi dwóch sklepów, któremu w domu wszystko podstawia się pod nos. Większość facetów przystaje z radością na kompleksową obsługę swojej osoby, a nawet jej oczekuje. Dobrze, że mój Mateusz jest inny!

- Pani Aniello - przechodzę do ofensywy. - Córka wspominała, że ma pani problemy z sercem.

- Bzdury! Całe życie byłam zdrowa. To oni mi te choroby wmawiają, żebym to niby rzuciła palenie.

- Mamo, w wypisie ze szpitala masz złe wyniki.

- A co oni tam się znają! Czuję się świetnie. A ci to by mnie zamknęli w szpitalu. Najlepiej! - Starsza pani cmoka z dezaprobatą.

- Mama mieszka teraz u nas. Trzeba ją trochę przypilnować z lekami.

- Widzi pani? Terror jaki? Przeżyłam Niemców, Rusków, komunę przeżyłam, a teraz na starość spokoju nie zaznam, bo chemią chcą mnie faszerować!

- Mamo, za Niemców to ty miałaś z pięć lat. Nie histeryzuj!

- Może opowie mi pani, co pani na co dzień jada? - wtrącam, korzystając z okazji, że obie kobiety zamilkły, by zaczerpnąć tchu.

- Po co? - Pani Aniela jest autentycznie zdziwiona. - Przecież to pani miała mi powiedzieć, co ja mam jeść.

- Tak. Ale zawsze zaczynam od sprawdzenia, co pacjent je na co dzień i jakie ewentualne błędy żywieniowe trzeba naprawić.

- Pacjent. Dobrze sobie. - Starsza pani splata ręce na wątlej piersi. - Przecież żaden z pani lekarz!

Jeśli moja matka jest demonem, to właśnie opętała tę biedną staruszkę i zaraz robi tu jesień średniowiecza.

- Może zacznij pani od śniadania. - Ignoruję ten przytyk.

- No niech będzie. Rano jem kanapki.

- Jakie?

- No normalne. Kanapek nigdy pani nie jadła? A może to zabronione?

- Mamo!

- Z jakiego pieczywa? - Moje mięśnie karku sztywnieją boleśnie. - Ciemne? Jasne? Smarowane masłem, twarożkiem, margaryną?

- Ciemne. Bez masła.

- Mamo, dlaczego oszukujesz? Jesz kajzerki! - Pani Jadwiga aż podskakuje. Falujące sprężyny sprawiają, że robi mi się niedobrze. Za oknem huczy pierwszy duży grzmot, a deszcz poczyną sobie już całkiem śmiało. - A masła u nas nie ma, ale w domu na pewno jadłaś!

- Co ty wygadujesz, Jadźka?!

- Mamo! Przecież widziałam!

- No dobrze, raz czy dwa zjadłam kajzerki. - Pani Aniela wznosi oczy ku niebu. - Też mi zbrodnia.

- Mamo, zawsze jesz kajzerki.

- Bzdura. Siedź cicho, Jadźka, przyśniło ci się coś chyba. A masło, czytałam, że zdrowe na oczy. Ci doktorzy i... - Starsza pani posyła mi trudne do określenia spojrzenie. - I ci inni, sami już nie wiedzą, co wymyślać. Jak coś może być zdrowe na oczy i jednocześnie niezdrowe na serce?

- To prawda - zgadzam się. - Masło zawiera witaminę A potrzebną oczom, ale zawierają ją też inne produkty, które nie mają tyle kwasów tłuszczów nasyconych.

- Jakich?

- Nasyconych, tych złych, które szkodzą pani sercu. Ich nadmiar podnosi cholesterol i sprzyja odkładaniu się złogów w tętnicach. Tętnice robią się coraz węższe i za mało krwi dopływa do serca. Stąd choroba wieńcowa. Te tłuszcze są też w smalcu, tłustym mięsie, na przykład wieprzowym, i tłustym nabiale.

- Kiedyś nie było tych odchudzonych wynalazków i ludzie żyli. Serca też mieli! Kto to słyszał, żeby ser albo śmietanę bez tłuszczu robić?!

- Niestety, kiedyś ludzie byli zdrowsi niż teraz. - Nie mam ochoty wdawać się w dalsze tłumaczenia. Czuję, że to i tak na nic. - A ile pani je tych kanapek?

- Dwie.

Donośne chrząknięcie ze strony pani Jadwigi sugeruje, że chyba niekoniecznie, ale boję się dalej drażnić ten temat. Zamiast tego wpisuję do formularza duży znak zapytania.

- A z czym są kanapki?

- Z szynką i serem, no a z czym?

Na pomarszczonej twarzy pani Anieli niedowierzanie miesza się z jawną niechęcią. Burza za oknem rozpętała się już na dobre. Przez ścianę deszczu nie widać nawet najbliższych drzew, błyskawice trzaskają raz za razem, a ja zaczynam się zastanawiać, czy to jednak świętej pamięci mąż pani Anieli nie maczał w tym palców.

- A potem? Jakies drugie śniadanie czy obiad?

- Drugie śniadania to są dla dzieci w szkole. A obiad jadam zawsze punktualnie o czternastej.

- Wczoraj jedliśmy o trzeciej - wtrąca pani Jadwiga.

- Bo nie przyniosłaś zakupów na czas! Mimo że miałaś wolne. Wy, młodzi, nie macie za grosz dyscypliny!

- Byłam na pilatesie, mamó.

- Wymyśły! Kto to słyszał, żeby dorosła baba wskakiwała w rajtki i machała nogami przed lustrem? - Staruszka kręci głową z dezaprobatą. - Robisz się śmieszna!

- A co ty tam wiesz! Najlepiej to siedzieć w fotelu i ćwiczyć zmienianie kanałów pilotem! Przyjdzie taki dzień, że już nie wstaniesz z tego fotela!

- Chcielibyście! - syczy staruszka. - W pewnym wieku to już trzeba zachować powagę. Zaraz masz pięćdziesiątkę. Trzeba powiedzieć, że tu mimo wszystko Lucyna...

- Mamó!

Przyglądam się tej scenie z narastającą bezradnością. Naprawdę, gdybym chciała się stać świadkiem dramatu, poszłabym do kina. Oczywiście, gdybym miała na to pieniądze.

- Czy może mi pani teraz powiedzieć, co jada pani na obiad? - udaje mi się wtrącić.

Pani Aniela przenosi na mnie spojrzenie i przez chwilę przygląda mi się zdziwiona, jakby zapomniała, że tu jestem.

- Mięso, ziemniaki i surówkę.

- A może pani bardziej konkretnie? - Mocniej dociskam długopis do kartki.

- Mama lubi tylko wieprzowinę - służy pomocą pani Jadwiga. - A warzyw prawie nie je.

- No i co ty wygadujesz? Wczoraj jadłam buraki, a we wtorek marchewkę.

- Z tobą jak z dzieckiem, wmuszać trzeba! Zjadasz tyle co nic. Najlepiej to tylko mięso z ziemniakami byś jadła. I chleb!

- Też wymyślasz! Jem warzywa. Wczoraj zjadłam kanapkę z pomidorem. I nieprawda, że lubię tylko wieprzowinę. Mó-

wisz, jakbym grymasiła!

- Bo grymasisz! Pani jej powie! - Głos skierowany w moją stronę wyrywa mnie z odrętwienia. Jestem pewna, że jutro będę mieć zakwasy od tego machania głową na lewo i prawo jak na meczu ping-ponga. Dlatego między innymi chciałam, żeby usiadły razem na sofie. W dodatku przez chwilę mam coś w rodzaju *déjà vu*.

- W zeszłym tygodniu jadłam kurczaka! - Pani Aniela widocznie nie uważa, by mój udział w rozmowie był niezbędny.

- Nie robiliśmy kurczaka.

- To może to był indyk.

- Nie.

- Ile mięsa zjada pani jednorazowo na obiad? - pytam słabo i staram się nie myśleć o tym, że w diecie pani Jadwigi najwyraźniej pojawia się wieprzowina, której tam miało nie być.

- Jednego kotleta. Tyle chyba mi wolno?

- Mamo, przestań oszukiwać, jesz dwa kotlety, a czasem bierzesz dokładkę!

- Chyba ci się przyśniło!

- Przecież pamiętam, jak w niedzielę...

- To mogę tego jednego kotleta czy nie? - Staruszka zwraca się teraz do mnie.

- A czy kotlet jest smażony?

- No tak. A jaki miałby być?

- Wolałabym, żeby ograniczyła pani mięso. I zrezygnowała ze smażonego.

- To co ja mam jeść? - Widać, że na kobietę padł blady strach.

- Może pani zrobić sobie jeden, dwa bezmięsne dni i zjeść na obiad fasolę lub kaszę z chudym twarogiem i cebulą...

- Kiedyś się tak jadło, jak nie było pieniędzy. Chce pani, żebym na starość jeszcze musiała jeść jak w nędzy?

- To normalne pełnowartościowe jedzenie - bronię się. - A dzięki niemu poprawią się pani wyniki.

- Umrę, zanim poprawią mi się wyniki, a co się namęczę przed tym, to moje!

- Mamo, nie mów tak, na litość boską! - Pani Jadwiga znów żegna się żarliwie.

- Polecam też jeść ryby jeden, dwa razy w tygodniu - kontynuuję. - Najlepiej tłuste, zdrowe na serce.

- I co, rybę tłustą to można, a tłustego wieprzka nie? Wy sami nie wiecie i bzdury wygadujecie!

- Ryby żyją w zimnym morzu i mają inny tłuszcz niż świnie - tłumaczę cierpliwie, chociaż wewnątrz cała się już gotuję. Jakiś zbłąkany piorun uderza w coś bardzo blisko.

- Niech pani jej powie, że śmietany też nie można - prosi mnie pani Jadwiga. - I masła.

- To prawda, trzeba unikać masła i tłustego nabiału. Może jeść pani jogurty, kefir, maślanek. Jajka też, ale z umiarem.

- Jajka! - wykrzykuje triumfalnie pani Aniela i dokładnie w tej samej sekundzie niebo rozcina błyskawica, której towarzyszy potężny grzmot. Dostaję gęsiej skórki na plecach. - Najpierw mówili, że są zabójcze, że można tylko dwa tygodniowo jeść, potem, że w tygodniu można pięć, ale jedno dziennie, a teraz? Teraz się okazało, że są zdrowe i trzeba je jeść codziennie, nawet po kilka! Kto to słyszał?! A masło i margaryna...

- Pani Anielo, cały czas naukowcy badają, co jest w jedzeniu, więc wiedza się zmienia...

- Naukowcy! Wzięliby się do uczciwej pracy, a nie wydziwiali. Albo poszliby na inżynierów i drogi budowali. Dróg nie mamy! Kto to słyszał?! Trzeba być niepoważnym, żeby

zajmować się badaniem masła i jajek. I tymi wszystkimi dietami.

- Tu się nie zgodzę. - Odkładałam długopis. Jak nic, moja matka znalazła sposób, żeby mnie zgnać osobiście. Wie, że z własnej woli to ja jeszcze długo do niej nie przyjadę. - Te badania są potrzebne, żeby pomagać ludziom. Dietą można wspomagać leczenie wielu chorób.

- Drogie dziecko. - Pani Aniela uśmiecha się pobłaźliwie. Na tle skłębionych chmur i niekończących się błysków uśmiech kobiety wygląda nieco diabolicznie. - Mało jeszcze wiesz o świecie, ale to miło, że chcesz pomagać. Pewnie nie dostałaś się na medycynę, co? Może trzeba było pójść na pielęgniarkę? To jest potrzebny, szlachetny zawód. Tylko mało płacą i dlatego te biedne dziewczyny uciekają za granicę...

Wpatruję się w kobietę i otwieram szeroko usta. Co ja tu w ogóle robię?! Nie tak miało być, ale gdy szłam do liceum, matka dopilnowała, bym wylądowała w klasie o profilu biol.-chem., a potem ktoś mądry (pewnie prawnik lub ekonomista) wymyślił zniesienie egzaminów na studia i stworzenie rekrutacji na bazie punktów z matury. Po tym jak postawiłam na swoim i nie złożyłam papierów na medycynę, z moją maturą z biologii i chemii nie miałam wielu interesujących mnie opcji. Wybrałam weterynarię i żywienie jako mniejsze zło i dostałam się na to drugie. Architektura wewnątrz, moja wielka pasja, przeszła mi koło nosa. Z czasem żywienie mnie wciągnęło i przez jakiś czas z radością patrzyłam w przyszłość, ale teraz...

Godzinę później, gdy kobiety zbierają się do wyjścia, a po burzy zostały tylko kałuże i dywan z zerwanych liści i gałązek, ze zmęczenia ledwo stoję na nogach. Sądzę, że budowanie dróg przy tym, co dziś przeszłam, to bułka (kajzerka) z masłem (i jajkiem).

- Pani Jadwigo, a jak pani smakowały dania z ostatniego jadłospisu? - Wzdycham w myślach na wspomnienie diety, którą układałam tyle godzin, ale jednocześnie jestem dumna, że spełniłam zachcianki pacjentki. - Tak jak pani prosiła, uwzględniłam te wszystkie „uzdrowione” mączne rzeczy.

- A, już nie chciałam nic pani mówić. - Pani Jadwiga macha ręką. - Ciastka to nie wiem, bo nie miałam czasu zrobić. Te razowe naleśniki to... twarde takie, nie takie mięciutkie jak zwykle i jeszcze od tej razowej mąki - jakieś takie wiórowate. Placki? Placki to trzeba było zalać śmietaną, żeby dało się zjeść. A pierogów to już po tym wszystkim nie chciało mi się nawet robić. Rozumie pani, szkoda roboty!

* * *

- Krystian powiedział dziś, że mam superspodnie! - Kama wpada do mojego mieszkania z impetem godnym charta wyścigowego, rzuca reklamówki z zakupami na podłogę i wpycha mi dwie butelki czerwonego wina, które niosła pod pachą.

Jej krótka, czarna fryzurka ocieka wodą, podobnie jak wszystkie zewnętrzne (i wewnętrzne pewnie też) części garderoby. Wakacyjne ulewy nie dają dziś chwili wytchnienia. Moja przyjaciółka nie zwykła jednak przejmować się tak prozaicznymi rzeczami jak deszcz.

- Juśka, koniec żartów. Do wyjazdu zostały raptem dwa tygodnie! Trzeba mnie odchudzić, i to szybko! Pod tymi superspodniami mam zwały pieprzonego cellulitu. On nie może mnie tak zobaczyć!

- Kto? Cellulit?

- Juśka!

- Załóż spódnicę do ziemi. - Zbieram z podłogi rozsypane produkty: pszenne bułki, ser pleśniowy, pasta łososiowa, chipsy, paluszki, żelki. Istny niezbędnik osoby odchudzają-

cej się. – Jak to wszystko zjesz, to twój cellulit będzie miał all inclusive.

– Nie no, to tylko tak dzisiaj. Od jutra się odchudzam!

– No właśnie, Kama, może byśmy jadły co innego, jak się spotykamy: można zrobić sałatkę z tuńczykiem, batoniki zbożowe albo pokroić marchewki, ogórki, paprykę, do tego jakiś dip...

– Daj spokój! – Moja przyjaciółka jest nieprzejeżdżalna. – Zdrowe jedzenie jest fajne, ale bez przesady! Ja się muszę odstresować po całym dniu, poza tym jest czwartek, czyli już w zasadzie piątek, a w piątkowy wieczór trzeba sobie dogodzić!

– Powiedziałaś, że od jutra się odchudzasz – zauważam. – I co wtedy z piątkowym wieczorem?

– No właśnie! Tym bardziej muszę dogodzić sobie dzisiaj. Na zapas!

– Nie sądzisz, że trochę za późno zabierasz się za to chudnięcie? – Układałam zakupy na wyspie kuchennej i idę nalać sobie szklanek wody.

– Coś ty. Dwa tygodnie to kupa czasu! Dagmara, ta piosenkarka, schudła w dwanaście dni osiem kilo i zrobiła sesję zdjęciową dla naszego działu fitness.

– Kama, pracujesz w mediach i wierzysz w takie cuda?

– A co mam nie wierzyć? – Kama wzrusza ramionami, rozrywając paczkę chrupek. – Widziałam ją na żywo.

– A widziałaś ją przed tym niby-cudem? Z bliska?

– Ty to wszędzie wieszysz spisek. Daj to wino!

Nim udaje mi się zaprotestować, Kama, cała mokra i z jedną ręką zanurzoną w paczce tłustych, bekonowych prążynek, rzuca się na moją biedną, białą kanapę.

– Kama, może podłożę ci tam koc...

– Nie trzeba, jest spoko! A właśnie. Bo Andżela przyniosła dziś taką książkę. Pewnie znasz, bo o diecie.

Tak, wprowadzie jest ich lekką ręką około pięciu tysięcy i co tydzień wychodzą nowe, ale z pewnością znam wszystkie!

- Jaką? - Z żalem patrzę, jak Kama wyciera tłustą dłoń o podłokietnik, a potem grzebie w przepastnej torebce. Miałam dziś nie pić, ale... po takim poranku chyba zasłużyłam. Odstawiam wodę, nalewam wino do dwóch kieliszków i notuję w myślach, żeby wypić nie więcej niż dwa (okazało się bowiem, że woda z cytryną jednak nie działa). Oraz żeby nabyć jutro butelkę odplamiacza do tapicerek. Kosztuje dwanaście złotych, więc przez ponad dwa tygodnie będę piła kawę bez mleka, ale są rzeczy ważne i ważniejsze.

- O, jest! Zobacz!

Niechętnie zbliżam się do wypoczynkowej części mojego malutkiego mieszkania, unikając patrzenia na wytłuszczony podłokietnik.

- „Zakwaszone ciało”. Taki ma tytuł. Tu są dowody na to, że chorujemy i jesteśmy grubi, bo nasze organizmy są zakwaszone.

- Dowody?

- Tak. Ten człowiek wyleczył ludzi z zakwaszenia i schudli! Mimo że jedli dużo. A ty cały czas trujesz, że za dużo kalorii jem i dlatego tyję.

- Kilokalorii. Kama, wiesz, jak nie lubię tych rewolucyjnych dietetycznych trendów, które można o kant tyłka potłuc?

- Ale to ma sens!

- Skąd wiesz? Od kiedy się znasz na fizjologii?

- Spieprzaj, mądralo. Chodzi o to, że ten facet tak wszystko sensownie wyłożył. Te objawy. Jakbym czytała o sobie!

- Jakie objawy? Przewlekłe zmęczenie, wahania nastroju, bóle głowy, osłabienie i senność, na które cierpi osiemdziesiąt procent ludzi w wieku produkcyjnym?

- Daj spokój. Społeczeństwo hipochondryków! Ale ze mną to co innego, ja się naprawdę źle czuję. I jeszcze ten cellulit! Muszę to wypróbować.

- Dlaczego nigdy nie chcesz spróbować tego, co ja ci powiem?

- Bo ty jesteś głupią pipą i zawsze mi każesz coś ograniczać!

- Bo tak trzeba! Samo się nie robi!

- Bzdury, trzeba iść z duchem czasu! Codziennie ktoś wynajduje coś, co ułatwia życie. GPS, rolki do ubrań, smartfony – powinnaś czasem spróbować! – Przyjaciółka z politowaniem zerka na mój starożytny telefon.

- I odkwaszanie niby ułatwi ci życie? – Ignoruję przytyk.

- Pewnie! Tu jest napisane, że nie trzeba ograniczać jedzenia. Można jeść, ile się chce. Wystarczy, że pozbędę się tego, co zakwasza, i będę pić odkwaszające koktajle. Już zamówiłam składniki w Internecie.

- A czytałaś już rozdział o tym, które jedzenie zakwasza? – Biorę do ręki książeczkę w zielonej obwolucie. Znowu kolor nadziei, dobre sobie.

- Nie, jeszcze nie zdążyłam, a co?

- Kama, zdajesz sobie sprawę, że wszystko, co leży na tym stole, to produkty zakwaszające?

- Co? Daj mi to! – Przyjaciółka chwyta książkę w czerwone, świeżo zrobione szpony i gorączkowo ją wertuje.

- I wiesz, że jeśli nie będziesz ich jeść, to i tak schudniesz, nieważne, czy wypijesz te koktajle czy nie? – Jestem bezlitośna. – Autor obiecał na okładce, że będziesz mogła jeść, ile chcesz, tylko zapomniał dodać, że będziesz musiała odstawić wszystko, co lubisz.

- Spieprzaj! – Kamila bierze duży łyk wina i ze złością cisnąc zieloną książkę pomiędzy chipsy, żelki i talerzyk z cembertem. – Ty to zawsze potrafisz wszystko zepsuć!

PIĄTEK, 15 WRZEŚNIA

- Nie bardzo rozumiem, pani Julitto - mówię spokojnie, podczas gdy w środku wszystko mi się gotuje. - Przecież wysłałam pani dietę dwa miesiące temu, a pani zaczęła dopiero w środę?

- Nie miałam czasu.

Dobrze, że ja miałam czas i poświęciłam swój wyczekany piątkowy wieczór, żeby ona mogła zacząć dietę „już, natychmiast”, od soboty.

- Ale przecież spieszyło się pani, żeby schudnąć przed wyjazdem?

- A, to. No ostatecznie zrezygnowałam z tego wyjazdu. Nie mogłam się tak pokazać ludziom. - Dziewczyna wskazuje zmęczonym ruchem ręki na nieistniejące fałdy w okolicach brzusznych.

Przełykam ślinę (mam nadzieję, że niezbyt głośno) i staram się nie zgrzytać zębami. Kamila porzuciła myśl o diecie odkwaszającej. Ona, jej żelki, chipsy, sery, wino i bagietki są u mnie coraz częstszym gościem. Doszło do tego, że musiałam kupić kilka luźniejszych bluzek. Oczywiście za pieniądze pożyczone od współwinnej obżarstwa, bo moje oszczędności już prawie wyparowały.

- Czy dieta, którą ułożyłam, była dla pani aż tak czasochłonna?

- Och, bo mama powiedziała, że umywa ręce i musiałabym codziennie sama gotować! To takie uciążliwe.

Och, dorosłość boli!

- To co pani jadła?

- No na mieście, różne rzeczy. I czasem to, co mama robiła. Ale mama w sumie gotuje teraz zdrowo, to myślałam, że

schudnę, a nie schudłam. – Zostaję obdarzona spojrzeniem pełnym wyrzutu.

– A co panią dziś do mnie sprowadza? Dopiero rozpoczęła pani dietę, a z ważeniem lepiej poczekać jeszcze przynajmniej tydzień.

– Ta dieta mi się nie podoba.

Wbijam w nią pytające spojrzenie.

– Dlaczego?

– Jest za mało urozmaicona.

– Co pani przez to rozumie? Przecież każdego dnia jest coś innego.

– Ale ułożyła mi pani dwa tygodnie i ani razu nie ma na przykład krewetek, kaparów ani nawet paluszków krabowych.

Poprawiam okulary i wertuję kartki formularza w poszukiwaniu notatek z pierwszego spotkania.

– Przecież pytałam, czy ma pani jakieś specjalne upodobania kulinarne, a pani powiedziała, że nie i że preferuje pani normalne jedzenie, bez udziwnień. – Że już nie wspomnę o „dokładnie” i „precyzyjnie” wypełnionym „formularzu” spożytych posiłków, który dostałam w formie SMS-a i który do niczego mi się nie przydał.

– A co jest dziwnego w paluszkach krabowych? – Na twarzy dziewczyny maluje się zdumienie, doprawione pewną dozą niesmaku.

– Nic. Ale te składniki nie należą do tak zwanej normalnej, polskiej diety.

– Akurat! Ja często je jadam.

A ja nie jadłam paluszków krabowych ani krewetek od jakichś dwóch lat, a kaparów serdecznie nie cierpię. Tylko że ja pewnie nie jestem „ludziem”, a już na pewno nie człowiekiem.

Pracuję z pacjentami już prawie pół roku i wciąż nie mogę się nadziwić ich przekonaniu, że są punktem odniesienia dla reszty ludzkości. W dodatku większość z nich sądzi, że ich normalność jest normalniejsza od normalności innych ludzi – jeśli oni co drugi dzień konsumują schabowego, a na śniadanie zawsze jedzą kanapkę z szynką, to z całą pewnością musi tak robić cała Polska.

– Na przyszłość wystarczy, że pani powie, na co ma pani ochotę, a ja to uwzględnię. W granicach rozsądku oczywiście – mówię. – Czy ma pani jeszcze jakieś zastrzeżenia?

– Tak, ta dieta... ona jest po prostu nudna.

– Nudna?

– Tak. No bo codziennie a to mięso z warzywami, a to ryba z warzywami albo makaron z czymś, a potem kasza z czymś.

– I to jest nudne? – dziwię się.

– Tak, czuję się, jakbym non stop jadła to samo. A tyle jest fajnych potraw – tarty, lasagne, naleśniki, ryba w cieście, rolady mięsne...

– Prosiła pani o łatwe, szybkie dania. – Mój mózg zaraz ugotuje się w nienawistnym sosie. Kaparowym. – Dlatego postawiłam na potrawy, których wykonanie zajmuje maksymalnie dwadzieścia minut.

I zajęło mi to cztery i pół godziny. Zanim padłam na twarz, bez kolacji i kąpieli.

– Oj no niby tak, ale...

– Czy wie pani, że tartę robi się prawie dwie godziny?

– Naprawdę?! A nie, to pani mi w takim razie napisze w diecie, ile mogę zjeść takiej gotowej.

– Tak swoją drogą, to tarta dostarcza mnóstwo kilokalorii, więc raczej nie powinno się jej jeść podczas diety odchudzającej.

- Ale to nawet kawałka nie mogę zjeść? - Julitta przez dwa „t” patrzy na mnie tak, jakbym odebrała jej prawo do szczęścia. - Do końca życia mam unikać wszystkiego, co dobre?

- Jest pani na diecie dopiero od trzech dni. Zresztą mówiła pani, że bardzo pani zależy. Da pani sobie radę. - Mogłabym dodać, że w zasadzie to jest szczupła i nie musi się wcale odchudzać, ale po co mam się kłócić?

- Niech mi pani napisze, ile mogę zjeść w restauracji, tak na wszelki wypadek, gdybym miała dużą ochotę albo jakiś kryzys.

- To mogę zrobić tylko orientacyjnie, bo przecież nie wiem, gdzie pani będzie jadła, i nie znam receptury. - Julitta posyła mi pełne wyższości spojrzenie. Oho, pewnie znów popisałam się rażącą niekompetencją. - A poza tym, niezależnie od dokładnych proporcji składników, od razu mogę pani powiedzieć, że to będzie bardzo mały kawałek - uzupełniam. - Nie naje się tym pani.

- Dobrze - odpowiada lodowato. - Spróbuję jeszcze trochę wytrzymać. Ale stracę motywację, jak efektów nadal nie będzie.

- Jak to?

I jaką motywację?

- No bo ta dieta nie działa.

- Jak to, nie działa?

- Normalnie. Nic nie schudłam!

- To dopiero trzy dni, a w zasadzie dwa i pół, bo piątek nadal trwa.

- No to już coś powinno być widać!

- Przeciwnie. - Staram się zachować spokój. Prawie już czuję zapach kaparów wydobywający się z moich uszu. - Mogła pani schudnąć, ale jeszcze tak niewiele, że waga tego nie wyłapuje.

- To za wolno. - Julitta przyjmuje pozę dziewczynki, której koleżanka z przedszkola zabrała właśnie ulubioną zabawkę.

- Wcale nie. Mówiłam pani, jakie jest prawidłowe tempo chudnięcia.

- Tak, pamiętam. I dlatego myślałam, że jak zrezygnuję z kolacji...

- Co takiego?

- No jem to, co pani napisała, ale bez kolacji.

- Przecież to już kompletnie inna dieta! - nie wytrzymuję. - I w dodatku niewłaściwa, bo pomijanie posiłków i za długie przerwy między posiłkami mogą spowolnić metabolizm i potem będzie jeszcze trudniej schudnąć!

- Chciałam, żeby ona miała mniej kalorii. - Dziewczyna wzrusza ramionami.

- A ja chciałabym, żeby spróbowała mi pani zaufać. Tu nie chodzi tylko o kalorie! Ja naprawdę wiem, co robię.

- Nie wygląda na to.

Szeroko otwieram usta.

- Muszę już iść. - Julitta zrywa się z kanapy i chwyta torebkę oraz marynarkę. - Niech mi pani dziś poprawi tę dietę, żeby była smaczniejsza.

- Dobrze - kapituluję. Mój mózg zresztą całkiem już wyparował. - Poprawię. Dziś już nie zdążę, ale zajmę się tym w poniedziałek z samego rana.

Julitta znowu robi minę obrażonej dziewczynki.

- Ale mi się spieszy!

* * *

Nie jest tak źle.

Nie mogę się poddawać.

Nie jest tak źle.

Dochodzi osiemnasta, na dworze zbiera się na deszcz, a ja, zamiast jechać do Mateusza, siedzę w gabinecie, czekając

na pana Leona Lampkę.

Przeciągam się w Fotelu Prezesa i od niechcienia przeglądam newsy w laptopie. Tak naprawdę nie mogę narzekać. Jest połowa miesiąca, a ja po sierpniowym przestoju mam znowu kilku nowych pacjentów. Mogę się też cieszyć postępami moich podopiecznych. Pani Joasia schudła od lipca sześć kilogramów i poleciła mnie koleżance. Pani Bronisława zanotowała spadek kolejnych sześciu kilogramów. Pani Agnieszka, nowa pacjentka z początku września, jest zachwycona przepisami i twierdzi, że smakują nawet jej wybrednym dzieciom. A pan Bartosz, który zaczął dietę tydzień temu, napisał mi właśnie SMS-a, że jest mi wdzięczny, bo schudł już ponad kilogram, i wcale nie ma ochoty na fast foody, czego się tak strasznie obawiał.

Jednak...

O piętnastej miała przyjść pani Lucyna. Jeszcze rano z nią rozmawiałam, by to potwierdzić, i wszystko grało.

Dokładnie o czternastej trzydzieści rozdzwoniła się moja komórka.

- Pani Judytko! - Usłyszałam przeproszający głos w słuchawce. - Ja bardzo panią przepraszam, ale niestety raczej chyba nie zdążę.

- Nic nie szkodzi, pani Lucyno. - Powstrzymałam się, by nie westchnąć. - Trudno. Mam nadzieję, że nic złego się nie stało?

- Nie, ale... Wie pani, młodsza córka zdała dziś egzamin na prawo jazdy, poprosiła, żebym upiekła tort, poza tym jeszcze obiadu nie zrobiłam, bo poszłam rano, wie pani, do mięsnego jak zawsze, a tam kartka, że zwolnienie lekarskie! No i wyobraża sobie pani, jak się zdenerwowałam, musiałam szukać innego, a to był, wie pani, taki sprawdzony mięsny. W taki szczególny dzień! No wie pani? Więc wróciłam póź-

no z zakupów, a jeszcze wolno chodzę, bo we wtorek skręciłam nogę, jak wieszałam firanki.

- Ojej, to może lepiej byłoby trochę dziś odpocząć?

- Ach, no wie pani, kto by tu za mnie zrobił wszystko? I jeszcze taki wielki dzień dla mojej córki. Wie pani, takie rzeczy są ważne dla dzieci!

- A jak pani idzie dieta?

- A, wie pani, jak to jest. Różnie. Chyba nie schudłam. Jem takie śniadania, co pani napisała. I kolacje zwykłe też. Ale w środku dnia... - Wraca przepraszający ton. - No wie pani, różnie. A to był ciężki tydzień. Mąż się rozchorował, wie pani, jak to jest, trzeba było go doglądać, i w dodatku córka szykowała się na ten egzamin. Jeszcze ta noga boląca. I do Jadzi chodziłam, pomagać mamusi, jak Jadzia była w pracy. Bo mamusia, wie pani, schorowana jest i potrzebuje troszkę pomocy. A wczoraj nagotowałam Leonkowi bigosu. Wie pani, jak on uwielbia bigos? Będzie u mnie w niedzielę, ale taki bigos, to wie pani, najlepszy jak kilka dni po stoi...

Siła wyższa, no cóż. Wzdrygam się na wspomnienie rzeczywistej opinii Leonka na temat maminego bigosu i idę do kuchni nastawić wodę na herbatę. Po drodze ścieram dłonią drobinki kurzu z książek i bibelotów na białych półeczkach regału i poprawiam przekrzywione krzesło w poczekalni. Z przyjemnością patrzę na fantazyjny świecznik w kształcie latarenki zdobiący stół (który, nawiasem mówiąc, kosztował trochę za dużo). Migoczące światło świecy pozwala na chwilę zapomnieć, że za oknem szarówka i wilgoć.

Może to był błąd. Może powinnam zostać dekoratorem wnętrz, tak jak kiedyś chciałam. Wyobrażam to sobie! Ja całe dnie spędzająca w świeżo wyremontowanych mieszkaniach lub buszująca po marketach z meblami i dekoracjami. Spełniająca marzenia ludzi o idealnym wnętrzu.

Przez chwilę byłam prawie zdecydowana, żeby pójść na prywatne studia, łącząc je z pracą zarobkową, by móc opłacić chesne. Wszyscy, na czele z moją matką, powtarzali mi jednak, że z tego dekoratorstwa nie wyżyję, że powinnam zdobyć jakiś konkretny zawód i zarabiać „prawdziwe pieniądze”.

Otrząsam się z tych myśli i wracam do pokoju z kubkiem parującej, zielonej herbaty. W pudełku z suszem łyżeczka stuknęła już o dno. Prawdziwe pieniądze zdecydowanie przydadzą się, gdy będę musiała iść do sklepu.

Tymczasem pan Lampka spóźnia się już trzydzieści pięć minut. Tym razem nie zadzwonił, tylko wysłał zdawkowego SMS-a. Wzruszam ramionami, jakby to miało mi coś pomóc, i siadam przy biurku, żeby dokończyć dietę dla pani Julitty.

Trochę czasu zajęło mi wyszukanie odpowiednich przepisów i dostosowanie ich do wymogów diety. Dla porządku powinnam przetestować w domu nowe dania, ale oczywiście mnie na to nie stać. Gdybym kupiła porcję krewetek na jeden obiad mojej pacjentki, musiałabym jeść je przez cztery dni. Nie pozostaje mi nic innego, jak zaufać swojej kulinarnej intuicji. Ponieważ pani Julitta wysłała mi SMS-a, w którym bardzo narzekała na stan swojej skóry, do krewetek dodaję sałatkę z kiełkami rzodkiewki, olejem lnianym i gotowaną ciecierzycą, a następnie z zadowoleniem zapisuję i wysyłam plik.

Pan Lampka dociera dopiero dwadzieścia minut później, gdy dopijam herbatę.

– Proszę mi wybaczyć. To była wyjątkowa sytuacja – mówi w progę. Bez słowa wskazuję mu sofę, a sama sadowię się na czekoladowym Fotelu Prezesa. – Znowu spotykamy się w piątkowe popołudnie. – Mężczyzna uśmiecha się rubasznie. – Z tymi romantycznymi, zapachowymi świeczkami i w ogóle. Moja dziewczyna jest nawet trochę zazdrosna!

Że co?

- Może przejdźmy do rzeczy - proponuję. - Czeka na mnie mój partner, a jestem już spóźniona.

- Dobrze, już dobrze. Co pani taka nie w sosie?

- Boli mnie głowa - ucinam.

- Ooo, to partner nie będzie zachwycony. - Pan Lampka wydaje się niezwykle zadowolony ze swojego dowcipu.

Że co?!

- Co pana do mnie sprowadza? - mówię zimno. - Powiedział pan, że mój poziom kompetencji panu nie odpowiada.

- Oj, niech pani nie przesadza. - Kolejny rubaszny uśmiech. - Te kobiety... tak łatwo je urazić.

Zaiste.

- Przyszedłem, bo wie pani, robiłem badania okresowe do pracy i wyszedł mi wysoki cholesterol.

- Był pan u lekarza?

- Oczywiście! Chciałem, żeby przepisał mi jakieś tabletki, wie pani, a on stwierdził, że na tabletki za wcześnie i mam przejść na dietę.

Alleluja!

- Dlaczego wrócił pan do mnie, skoro tu się panu nie podobało?

- A pani znowu swoje! No niech się pani nie obraża... Ja co prawda dobrze zarabiam, ale rozrzutni się nie bogacą, jeśli wie pani, co mam na myśli.

- Szczerze mówiąc, nie bardzo.

- No wie pani... - Leon puszcza do mnie oko. - Tu jest po prostu najtaniej.

Niech to szlag! Muszę wreszcie podnieść te cholerne ceny. Może będzie mnie stać na to, żeby oddać Kamili pieniądze za bluzki.

- Dobrze, przygotuję panu dietę. Kiedy chce pan rozpocząć?

- Jak najszybciej! Zapłacę od razu, bo przelew byłby dopiero po weekendzie.

Mężczyzna wyciąga z wewnętrznej kieszeni marynarki drogi skórzany portfel i wyjmuję dwieście złotych, w taki sposób, żebym zauważyła gruby plik setek pozostający w środku. Oczywiście, przy okazji zdołał też zademonstrować zegarek. Czy ludzie w tych korporacjach przechodzą z tego specjalne szkolenia?!

- Proszę. Oto kwota za cały miesiąc. - Leon pochyła się do mnie konfidentycznie.

Odruchowo cofam się w kierunku oparcia fotela.

- Jeśli zapłacę więcej, może pani ułożyć tę dietę jeszcze dziś? Zależy mi na czasie. Zresztą, wie pani... - Zniża głos i znowu puszcza do mnie oko. - Skoro boli panią głowa, to partner i tak dziś nie skorzysta.

Ja chyba śnię!

- Jeśli będzie pan przestrzegał diety, cholesterol powinien wyraźnie spaść po sześciu, ośmiu tygodniach. - Mówię, ignorując tę „subtelna” aluzję, i staram się, by mój głos brzmiał lodowato. - Wtedy warto zrobić kolejne badania. Rekomenduję również sprawdzenie poziomu glukozy i enzymów wątrobowych, żeby wykluczyć ewentualne nieprawidłowości. Gdyby się pojawiły, mogłabym uwzględnić dodatkowe aspekty w jadłospisie.

- Dopiero po ośmiu tygodniach?! - Uśmiech znika z twarzy mężczyzny. Prawie się cieszę, że mogłam mu zrobić przykrość.

- Tak, nie jesteśmy robotami, to musi trochę potrwać.

- Mogłaby pani chociaż spróbować! Mogę więcej zapłacić, jeśli pani to przyspieszy. Wie pani, ja jestem zorientowany na cel, nie mam czasu na głupoty, ja dużo pracuję...

- Tak wiem, jest pan bardzo zajęty, zupełnie tak jak pańska mama.

Mężczyzna patrzy na mnie z rozbawieniem, bawiąc się polyskującą bransoletą zegarka.

- Co też pani mówi? Mama nie pracuje i siedzi cały dzień w domu!

- Zdziwiłby się pan, ile jest do zrobienia w domu... - Wzdycham.

- A myślałem, że nie jest pani w nastroju do żartów. - Leon prezentuje rząd idealnie równych i białych zębów (pewnie też kupionych za grube pieniądze). - A tak na poważnie, to wie pani - mówi, uśmiechając się z wyższością - kto jak kto, ale ja swojej mamy to w ogóle nie przypominam.

*MEŹCZYŹNI MAJĄ WIĘCEJ MIĘŚNI,
KTÓRYCH METABOLIZM ZUŻYWA
WIĘCEJ KILOKALORII NIŻ TKANKA
TŁUSZCZOWA. MOGĄ WIĘC JEŚĆ WIĘCEJ
I ŁATWIEJ IM SCHUDNAĆ.
TO TAKIE NIESPRAWIEDLIWE!*

PONIEDZIAŁEK, 2 PAŹDZIERNIKA

- Musimy koniecznie gdzieś wyjechać. - Mateusz odkłada widelec na talerz z resztkami kolacji.

Kiwam głową w milczeniu. Znudzona kelnerka zbiera naczynia i bez przekonania oferuje nam deser dnia. Odkąd w sierpniu Mateusz awansował i ma dodatkowe obowiązki, nasze regularne wspólne lunche trafił szlag, więc dzisiejszy wypadł to niemal święto.

Siedzimy w nowej przytulnej knajpce, niedaleko jego oddziału. Normalnie pożerałabym wzrokiem piękny rustykalny wystrój: proste drewniane meble, surowe deski na podłodze i obrusy w czerwono-białą kratkę, przywodzące na myśl wakacje u babci na wsi. Ale nie dziś.

Wrzesień zapowiadał się finansowo całkiem nieźle, ale skończył się jak zawsze. Na prywatnym koncie zostało już niewiele pieniędzy, a żeby starczyło mi na jedzenie, od jakiegoś czasu przestałam płacić czynsz za mieszkanie i inne rachunki. Dobrze, że mieszkanie jest po tacie i formalnie należy do mnie i brata, bo gdybym musiała je wynajmować, już dawno znalazłabym się na bruku. Albo musiałabym wrócić do matki, co wydaje się ewentualnością znacznie gorszą. Oczywiście mój chłopak nadal nic o tym nie wie.

- Kochanie, zrozum, za dużo na siebie bierzesz. - Mateusz gładzi mnie delikatnie po grzbiecie dłoni. - Musisz odpocząć. Nie samą pracą człowiek żyje.

- Mateusz, wiem, że obiecywałam wyjazd jesienią, ale chyba naprawdę nie dam rady.

- Słuchaj, może zrobimy tak. W listopadzie są twoje urodziny, a potem nasza rocznica i mikołajki. Wyskoczmy z tej

okazji chociaż na przedłużony weekend. Nie możesz odmówić – potraktuj to jak prezent.

– No nie wiem...

Propozycja jest nad wyraz kusząca, a zmiana otoczenia bardzo mi się przyda. Tylko co, do cholery, z moją niezależnością?

– Pacjenci na pewno zrozumieją. – Dłoń Mateusza jest miękka, ciepła i zachęcająca. – Zresztą to tylko kilka dni.

– No dobrze. – Uśmiecham się blado. – Ale ty wybierz miejsce i zorganizuj wszystko. Zrób mi niespodziankę.

Bo nie chcę nawet wiedzieć, ile będziesz musiał za mnie zapłacić...

– Stoi. Masz to jak w banku. – Puszczam do mnie oko. – Słuchaj kotku, muszę już iść. Mam spotkanie motywacyjne z zespołem.

– Oczywiście. Ja też niedługo mam pacjenta – kłamię bez mrugnięcia okiem, dopijając zimną herbatę.

– Muszę trochę podbudować swoich ludzi. – Mateusz zdejmuję płaszcz z oparcia krzesła. – Nadeszły ciężkie czasy. Nie masz pojęcia, jacy ci klienci są teraz upierdliwi i roszczeniowi!

* * *

– A co pani sądzi... – Pani Jadwiga odchyła się do tyłu, oparta o czekoladowe poduszki i swoje nieodłączne torby zakupowe. Jest słoneczne popołudnie, a ona ma dziś wolne, dlatego proponowała, że przyjdzie później niż zwykle. Nasze spotkanie trwa już blisko godzinę, chociaż przeciętna wizyta kontrolna zajmuje od piętnastu do dwudziestu pięciu minut. Być może to dlatego, że na moją pacjentkę w domu czeka matka, która zostanie w gościnie przynajmniej do końca roku.

Od czasu pamiętnego spotkania w sierpniowy dzień patrzę na panią Jadwigę nieco inaczej, a czasem nawet trochę jej współczuję. Chciałoby się powiedzieć: „każdy dźwiga swój krzyż”.

- Bo moja sąsiadka Celina czytała ostatnio w gazecie, że nie wolno łączyć białek i tłuszczów z węglowodanami!

- To nie do końca prawda, pani Jadwigo... - zaczynam.

- No, ale ja prawie w ogóle nie chudnę! - Kobieta unosi ręce w rozpaczliwym geście. - Może to jest dla mnie ratunek!

Faktycznie, wyniki pani Jadwigi nie są imponujące. Od kwietnia udało jej się schudnąć łącznie sześć kilogramów, ale w międzyczasie przybrała na wadze półtora. Znając ją, pewnie coś kombinuje na boku i nie chce się przyznać lub, co gorsza, kombinuje i nie widzi w tym problemu.

- Czy nie robi pani żadnych odstępstw od diety? - próbuję taktownie wy badać, co może być przyczyną niepowodzeń.

- Skąd?! Przecież mi zależy!

- Oczywiście, martwię się jednak, że może coś źle pani zrozumiała albo...

- A co ja tam mogłam źle zrozumieć? Przecież głupia nie jestem.

- Nie wiem. - Zaczynam się pocić. - Miałyśmy już kilka drobnych nieporozumień.

- Drobiazgi! Teraz już przestrzegam wszystkiego, jak trzeba.

- A co pani dziś jadła?

- No rano dwie kanapki z białym serem, jak w diecie. Na drugie śniadanie serek wiejski, pomidor i cztery śliwki, obiad - wiadomo - kurczak pieczony z kaszą i sosem, na podwieczorek jeszcze nie wiem, co wybiorę, a kolacja to będzie sałatka grecka i jabłko. Piłam wodę i herbatę ze słodzi-kiem. Więcej niż cztery razy - zastrzega, mrużąc oczy.

- No to w porządku. Rozumiem, że je pani takie porcje, jak zapisałam?

Kiwnięcie głową.

- Hmm. - Kończą mi się pomysły. - Może trzeba będzie jednak trochę zejść z kilokalorii? A w ogóle, jak się sprawdzają te ruchome podwieczorki? - Dwa miesiące temu, na prośbę pani Jadwigi, wprowadziłam do jadłospisu innowację - listę podwieczorków do wyboru, by mogła raz dziennie wybrać to, na co ma ochotę, i mieć czynny udział w tworzeniu jadłospisu. Dzięki temu nie czuła się tak skrępowana dietą i wynikającymi z niej ograniczeniami.

Na liście znalazły się słupki warzyw z dipem ziołowym, ciastka owsiane własnej roboty, sałatka owocowa z otrębami, jogurty, orzechy, rodzyнки i suszone morele - do wyboru, do koloru. Byłam potem z siebie bardzo dumna, bo pani Jadwiga ucieszyła się z tego rozwiązania i z radością wprowadziła je w życie.

- A świetnie! Przynajmniej raz na dzień mogę zjeść coś dobrego.

- A co - pytam, czując nagły niepokój - pozostałe posiłki są niedobre?

- Nie, nie. Mogą być. Ale te podwieczorki to zawsze jest coś ekstra.

- Cieszę się, że pani smakuje. - Uśmiecham się, uspokojona. - A co pani lubi najbardziej?

- No, wiem, że pani nie akceptuje eklerek, więc najczęściej kupuję sernik. Albo drożdżówkę.

Czuję się, jakby ktoś wylał mi na głowę wiadro zimnej wody.

- Jak to sernik?! - niemal wykrzykuję. - Przecież tego nie ma na liście!

- Jakiej liście? - Pani Jadwiga patrzy na mnie, jakby widziała mnie pierwszy raz w życiu.

- Liście podwieczorków do wyboru. Jest na dole, pod przepisami!

Kobieta chwytła przepastną torebkę, wyciąga sfatygowany plik kartek i zaczyna je gorączkowo przeglądać.

- To ja tego nie widziałam!

- Przecież napisałam w rozpisce, że ma pani wybrać jeden z podwieczorków.

- Myślałam, że mam sobie sama wybrać! - Pani Jeżyk wznosi ręce do nieba. - Nawet się najpierw zdziwiłam, że tak można. Miałam nawet spytać, ale pomyślałam, że pani wie, co robi!

Tak. A poza tym mogłoby się jeszcze przypadkiem okazać, że podwieczorkiem nie powinien być sernik...

- Pani Jadwigo, proszę już nie jeść tych serników, tylko wybrać coś z wykazu. - Pochyliłam się nad formularzem, by oszczędzić jej swojego zboląłego wyrazu twarzy.

- Niech będzie, chociaż szkoda. A tak w ogóle, to ja myślę, że to nie вина tych serników, że ja nie chudnę.

- Nie? - Podnoszę wzrok.

- Nie. Jakby to pani powiedzieć... Ja wiem, że pani skończyła studia i w ogóle. Ale poleciłam panią siostrze, córce i siostrzeńcowi. I, szczerze mówiąc, żadne z nich nie schudło!

No jasne! Ciekawe dlaczego? Czuję, jak moje mięśnie pleców zbijają się w ciasny, bolący supeł, ciągnąc za sobą żebra i obojczyki.

- No a poza tym, ja pani powiem szczerze, bo nawet panią polubiłam - ciągnie pani Jadwiga, nieświadoma moich problemów ortopedycznych. - Dałam swoją dietę koleżance, Al-donce.

Ha! Jeśli każdy tak robi, nic dziwnego, że mój kalendarz świeci pustkami. Z drugiej strony osoby polecane przez panią Jadwigę...

- I ona też nie schudła! - kończy triumfalnie kobieta, krzyżując przedramiona na wydatnej piersi.

- Pani Jadwigo - odzywam się prawie na bezdechu. - Nie mogę mówić o szczegółach współpracy z innymi pacjentami, ale zapewniam, że robię wszystko, co w mojej mocy i zgodnie z aktualną wiedzą naukową. Nie zawsze efekty pojawiają się od razu i nie zawsze pacjenci od razu potrafią się przystosować do wytycznych. Jeśli zaś chodzi o pani koleżankę, to musi pani wiedzieć, że każdy potrzebuje innej diety i niedopasowana może nie działać, tak jak nie działałyby na panią okulary pani mamy.

- Hmm - chrząka pani Jeżyk, rozmyślając zapewne o grubych jak denka butelek okularach swojej rodzicielki. - Coś w tym może być.

Uśmiecham się do niej z trudem.

- To wie pani co? - Pani Jadwiga wsuwa jadłospis z powrotem do torby. - Najlepiej będzie, jak ja tę Aldonkę po prostu do pani przyślę!

* * *

Poniedziałek wreszcie dobiega końca. Jest po osiemnastej, a ból pleców na szczęście zelżał po trzech tabletkach ibuprofenu (których według ulotki powinnam była wziąć maksymalnie dwie, ale co oni tam wiedzą?). Siedzę w fotelu, starając się rozluźnić i odpowiedzieć na wszystkie maile od pacjentów, zanim pojedę o domu. Kamila ma być u mnie dopiero przed dwudziestą.

W skrzynce nie ma niczego nadzwyczajnego, ot codzienna korespondencja: pani Agnieszka pyta, czy w drodze wyjątku może zamienić jutrzejszą rybę na jakieś mięso, pan Bartosz dziękuje za nowy jadłospis i informuje, że za tydzień jedzie w delegację, więc musimy przełożyć spotkanie, pani Krystyna prosi o więcej zup w następnej diecie, a pani Klara

(przemiała koleżanka pani Joasi) ma kilka pytań do przepisów.

Odpisuję na wszystkie wiadomości i, upewniwszy się, że niczego nie pominęłam, zamykam skrzynkę mailową, a następnie wyłączam laptopa. Z trudem prostuję się i odnoszę komputer na biurko. W tej samej chwili piskliwy dzwonek telefonu rozrywa ciszę, doprowadzając mnie na skraj ataku serca. Padają trzy, może cztery sygnały, nim uspokajam oddech i odbieram.

- Dzień dobry, z tej strony Anna Andrusik. Czy rozmawiam z panią Judytą? - Głos kobiety po drugiej stronie brzmi młodo, dziarsko i jakoś nie licuje mi z sennym, deszczowym popołudniem. Poniedziałkowym w dodatku.

- Tak to ja, w czym mogę pomóc?

- Pani Judyto, jestem redaktorem w miesięczniku „Zdrowo na Temat” i chciałabym nawiązać z panią współpracę. - Z trudem hamuję się przed okrzykiem radości. Współpraca! Z mediami! To oznacza pieniądze i możliwość popłacenia rachunków! - Odnalazłam panią w Internecie i jestem przekonana, że doskonale pasuje pani do naszego wizerunku - kontynuuje dziarski głos. - Nasze pismo jest skierowane do odbiorców młodych, nowoczesnych, zorientowanych na sukces. Tak jak i my. Dlatego szukamy osób, które mogłyby współtworzyć ten sukces z nami. Jestem pewna, że pani jest jedną z tych właściwych osób.

Nie mogę uwierzyć własnym uszom! Takie dobre wieści! Wprawdzie o piśmie „Zdrowo na Temat” nigdy nie słyszałam, ale to pewnie jakaś nowość, która z hukiem wchodzi właśnie na rynek. A myślałam, że ten poniedziałek już nic miłego nie przyniesie!

- Cieszę się, że pani zadzwoniła. - Staram się, by mój głos brzmiał profesjonalnie, a nie jak głos kogoś, kto właśnie wygrał w radiowym konkursie pięć tysięcy i trzymiesięczny

karnet do kina. – Oczywiście jestem zainteresowana, a na czym miałyby polegać ta współpraca?

– Wiedziałam, że się pani zgodzi. – Pani Anna uśmiecha się do mnie przez telefon. – Chodzi o pisanie artykułów dotyczących żywienia, na wysokim poziomie merytorycznym. To wielka szansa dla pani, by zaistnieć w świecie medialnym i dotrzeć do szerszego grona odbiorców, którzy z czasem mogą się stać pani klientami.

No jasne, że tak!

– Na jaki temat miałabym napisać artykuł? – Gryzę się w język, by stłumić entuzjazm radiowego zwycięzcy.

– Tak naprawdę w tej kwestii jesteśmy bardzo elastyczni. Ufamy specjalistom, których wybieramy jednak z największą starannością. Jesteśmy zdania, że to oni najlepiej wiedzą, o czym się teraz mówi i co jest na, że tak powiem, topie.

– A czy może mi pani jeszcze powiedzieć, jakie są... hmm, warunki finansowe?

– Ależ oczywiście. Stawka to dwa tysiące sto dziewięćdziesiąt dziewięć złotych netto. Za artykuł na półtorej strony. Na pozostałej połowie strony znajdzie się spersonalizowana reklama. To może być też reklama pani gabinetu, jeśli sobie pani życzy. Ilustracjami proszę się nie martwić, my je dostarczamy, oczywiście dobierając je z najwyższą starannością, tak by pasowały do treści i zachęcały do czytania. Prosimy jedynie o pani małą fotografię do podpisu.

Dwa tysiące?! Moja głowa zamienia się w staromodny czajnik z gwizdkiem. Taki, w którym para szumi, jęczy i kotłuje się, by w końcu wydostać się na zewnątrz z przeraźliwym gwizdem. Przed oczami przelatują mi z prędkością błyskawicy tematy artykułów, które mogłabym popełnić już teraz, zaraz, za nawet dużo mniejsze wynagrodzenie. Dwa tysiące z hakiem?! Zapłaciłabym wszystkie miesięczne rachunki

i jeszcze coś zostałooby dla mnie! A jeśli współpraca będzie regularna...

- Halo, jest pani tam? - Łagodny głos Anny Andrusik przywołuje mnie do porządku.

- Tak, przepraszam, notowałam - kłamię, dla lepszego efektu szeleszcząc jakimiś papierami. - Proszę podać mi adres mailowy, podeślę propozycje artykułów. Kiedy możemy rozpocząć?

- Och, choćby jutro. - Pani Anna uśmiecha się głosem jeszcze szerzej. W tle słyszę, jak wstukuje coś w komputer. To już oficjalne! Wygrzebałam się z finansowego dołka! - W mailu proszę też podać dane, na które mamy pani wystawić fakturę - dodaje kobieta. - Jutro może pani dokonać wpłaty, a potem czekamy już tylko na artykuł. Nowy numer zamykamy szesnastego października, więc ma pani sporo czasu na pisanie.

Zaraz, zaraz, jaką fakturę? Jakiej wpłaty? Ukrop w głowie zamienia się w lodowaty chłód, a kotłowanie i szum schodzą niżej, do trzewi.

- Chwileczkę, to chyba jakaś pomyłka - mówię, walcząc z mdłościami. - To raczej ja wystawiam fakturę za usługę, nie państwo.

- Przeciwnie. - Głos pani Andrusik już się nie uśmiecha. - To my pani umożliwiamy obszerną publikację w szanowanym czasopiśmie branżowym o dużym nakładzie. W związku z tym pobieramy niewielką, moim zdaniem, opłatę.

Niewielką?!

- A co z moim wkładem pracy? Przecież muszę napisać artykuł, poświęcić na to czas, a pani mi mówi, że mam za to jeszcze zapłacić?

- Cóż, tak to wygląda. - Prawie widzę, jak kobieta wzrusza ramionami. - Wszyscy tak robią. Ale to panią wybraliśmy i właśnie pani proponujemy niepowtarzalną okazję zaistnie-

nia w miesięczniku szeroko dystrybuowanym w całym kraju.

- W całym kraju? Ale to jest chyba nowe czasopismo, którego nawet jeszcze nie ma w kioskach?

- Nie, proszę pani, szczycimy się obecnością na rynku od przeszło ośmiu lat.

- To gdzie w takim razie można je kupić, skoro nigdy nigdzie go nie widziałam?

- Nie wiem, gdzie pani robi zakupy prasowe, aczkolwiek zapewniam panią, że docieramy do bardzo szerokiego grona odbiorców, a wśród czytelników posiadamy wielu regularnych prenumeratorów.

- Ilu?

- Nie mogę ujawniać takich danych. - Głos pani Andrusik, wcześniej dziarski i zachęcający, jest teraz lodowaty jak wewnątrz mojej głowy. - Może mi pani jednak zaufać. Nie wspomniałam jeszcze, że za dodatkową opłatą czterysta dziewięćdziesiąt dziewięć złotych netto pod artykułem może pani umieścić tabliczkę cztery na dwa centymetry z namiarami na pani gabinet oraz kolorowy logotyp. Istnieje możliwość dokupienia również reklamy, o której wspominałam wcześniej. Reklama na pół strony to koszt cztery tysiące dziewięćdziesiąt dziewięć złotych netto, ale jeśli wykupi pani pakiet artykuł plus tabliczka plus reklama, możemy zaoferować specjalny rabat dwadzieścia procent, więc zapłaci pani za całość jedynie pięć tysięcy czterysta trzydzieści siedem złotych sześćdziesiąt groszy, plus dwadzieścia trzy procent VAT oczywiście. To niezwykle atrakcyjna oferta, która może się już nie powtórzyć. A tę ofertę dedykujemy wyłącznie pani, ponieważ naprawdę zależy nam na pani profesjonalnej wiedzy...

- Przykro mi, ale nie mogę sobie pozwolić na taką promocję - ucinam marketingowy trajkot Anny Andrusik.

- Proszę się zastanowić. - Kobieta nie daje się zbyć. - Teraz może wydaje się pani, że to sporo, ale proszę mi wierzyć, ten koszt to naprawdę niewielka cena za możliwość długofalowej reklamy w całym kraju. Dzięki nam pani kariera zawodowa nabierze tempa, a pani stanie się jedną z najbardziej rozpoznawalnych dietetyczek w kraju...

Dietetyków!!!

- Nawet gdybym chciała, to nie mogę sobie na to pozwolić - podnoszę głos. - A teraz przepraszam, muszę już kończyć.

- Niech się pani jeszcze zastanowi! - W głosie pani Andrusik pobrzmiwa teraz tak dobrze mi znana nuta desperacji. Pewnie i ona ma jakąś normę do wyrobienia, a nie sądzę, żeby miała wielu chętnych na tę swoją pieprzoną, niepowtarzalną okazję. - Jeśli zdecyduje się pani od razu, mogę zaoferować na własną odpowiedzialność jeszcze pięć procent rabatu, to już prawie tak, jakby artykuł był za darmo! Oszczędza pani ponad dwa tysiące złotych! To czysty zysk, a poza tym wielki zaszczyt pisać dla nas. Powinna się pani czuć wyróżniona!

Tak. I może jeszcze powinnam się czuć wyróżniona, że mogę kupować jogurty i kawę akurat w tej Biedronce, a nie innej?

- Przykro mi, ale nie jestem zainteresowana. Dziękuję za telefon i życzę miłego wieczoru.

Klik.

Przez chwilę rozkoszuję się władzą, jaką daje zakończenie połączenia. Wstyd przyznać, ale mimo wszystko ta rozmowa poprawiła mi trochę humor. Przynajmniej jeden raz role się odwróciły i to nie ja jestem petentem.

Pani Ania sobie podzwoni i może znajdzie w końcu jakiegoś jelenia, który zapłaci kilka tysięcy za reklamę w piśmie, którego nikt nie czyta. Albo i nie. Cóż, takie jest życie. Ja przynajmniej mam już wolne na dziś!

Spokojnym krokiem zwycięzcy obchodzę gabinet, gaszę świeczki i zmywam kubki po herbacie. SMS przychodzi, gdy zakładam kurtkę i wracam jeszcze na chwilę do biurka po kalendarz.

PniJudyto.Zajrzałam właśnie w jadłosp.,co pani mi wtedy poprawiła.Dzięki,ale krewet.sześć razy w dwóch tyg??wie pani ileto kosztuje?Niech mi to pani poprawi dziś,to jutro zaczne!pozdraw.Julitta!

* * *

- Kama, czy ze mną jest coś nie tak? - Rozgoryczona, kulę się na swojej białej sofie, tym razem przezornie przykrytej narzutą (a w zasadzie kocem, bo narzuty nie posiadam). - Czy to normalne, że ja mam chwilami dość tych ludzi?

- Nie wiem. Pewnie tak. - Przyjaciółka chyba nie słucha mnie zbyt uważnie, walcząc z korkociągiem. Trudno powiedzieć, czy miała na myśli moją niechęć do ludzi, czy to, że ze mną jest coś nie tak.

- Staram się, jak mogę, a oni nie dość, że nie kiwną nawet palcem i mają chyba gdzieś te swoje diety, to jeszcze oskarżają o swoje niepowodzenia mnie!

- To powiedz im to! - Uparty korek wreszcie wyskoczył i Kama napełnia kieliszek, za nic mając eleganckie zasady nalewania trunku do jednej trzeciej wysokości ścianek.

- No jak? Przecież się obrażą i nie przyjdą więcej!

- No to co? - Kamila wzrusza ramionami. - Przynajmniej nie będziesz musiała się z nimi użerać.

- Tak, a kto potem spłaci kredyt? I jeszcze te rachunki... Pomijając te za gabinet, poczta dostarczyła mi dziś uprzejme pismo od Innogy, że jeśli szybko nie ureguluję zaległych należności, będą zmuszeni odłączyć mi prąd w mieszkaniu.

- To lipa. - Kamila zanurza rękę w paczce chipsów. - Jak stąd do wieczności. Musimy cię jakoś zareklamować. Poga-

dam z szefową, może uda się wcisnąć do któregoś numeru jakiś wywiad. Nie, nie płatny! – uzupełnia szybko, widząc moją minę. – Darmowy po prostu. My ci nie zapłacimy, ale ty też nie. Przyjdzie mnóstwo nowych ludzi, będziesz mogła sobie w nich przebierać. I pozbyć się tych wrzodów na tyłku.

– Kama, nie mów tak, to są jednak moi pacjenci i...

– Przestań być taka świętojebliwa! Dałaś sobie wejść na głowę, a teraz marudzisz.

– Czyli to wszystko moja wina?

– Daj spokój, wcale tak nie powiedziałam. Daj drugi kielon, należę ci.

– Nie chcę. I tak ostatnio za dużo piję. I za dużo jem. Musimy z tym skończyć!

– To sobie kończ, ja nie zamierzam rezygnować z przyjemności.

– A jak tam twoje odchudzanie? Chyba nie idzie za dobrze – zauważam złośliwie.

– Spieprzaj. – Kama zamaszystym gestem dolewa sobie winą, bo pierwsza porcja zniknęła bardzo szybko. Część czerwonego płynu rozpryskuje się po stoliku. Zrywam się i biegnę do kuchni po papierowy ręcznik. Przecież, do cholery ciężkiej, zaraz zostanie tam plama!

– Może trochę uważaj, co? – pryham.

– Nie przesadzaj. Ludzie nie są stworzeni do życia w porządku! Myślisz, że w jaskiniach było tak czysto, że mogli jeść z podłogi?

– Myślę, że i tak jedli z podłogi. – Sapię, wycierając wino na mokro, a potem sucho. Plamy na jasnych powierzchniach wywołują u mnie niemal fizyczny ból. – Ale ja mam to gdzieś, a to nie jest jaskinia, tylko moje mieszkanie! Nie mogę odpoczywać ani się skupić, gdy jest bałagan!

- Jesteś nienormalna. - Kama zakłada nogę na nogę i przewraca oczami. - Zamiast się skupiać, nalej sobie wina i przestań pierdolić. Wtedy na pewno odpoczniesz. A właśnie, nie mówiłam ci. Krystian zaprosił mnie dziś na rozmówkę!

- Nie odstraszył go twój występ w roli Freddy'ego Mercury'ego na wyjeździe? - pytam kąśliwie.

Kama gromi mnie wzrokiem, a ja wpatruję się tęsknie w napoczętą butelkę. Może ona ma rację? Nic się chyba nie stanie, jeśli wypiję kieliszek lub dwa tak dla rozluźnienia?

- Daj spokój! Na tym karaoke wszyscy byliśmy nawaleni jak stodoły. Niektórzy zresztą nie trzeźwili przez cały tydzień i nie pamiętają nic - to nawet lepiej. Ale udało mi się trochę do niego zbliżyć i teraz są tego efekty!

- Może powtórzysz swój popis na jego imprezie? - Nie mogę sobie odmówić odrobiny złośliwości.

- Chyba żartujesz! Na imprezie będą jego znajomi, czyli moi przyszli znajomi, i zamierzam być boginią klasy!

O cholera, chciałabym to zobaczyć...

- Muszę wyglądać wystrzałowo - ciągnie Kama, niezrażona moją miną. - Chcę się wcisnąć w tę moją czarną kieckę z cekinami, wiesz, tę, co kupiłam na sylwka, bo miałam schudnąć, ale nie zdążyłam i w końcu założyłam srebrną tunikę.

- No i?

- No i muszę schudnąć! Durna jesteś czy co? Na wyjeździe Krystian na szczęście nie widział mnie w kostiumie, bo ciągle lało i siedzieliśmy w hotelu. Poza tym zabrałam ze sobą te dzinsy, które mu się wtedy podobały, a mój spasy tyłek wygląda w nich wyjątkowo korzystnie. Mam jeszcze szansę!

- Szansę na co?

- Żeby go wyrwać, a potem...

- Dobra, nie kończ. - Walczę ze sobą, żeby nie sięgnąć po kolejną garść chipsów.

Beznamiętne przeżuwanie i chrupanie uspokaja, ale cena za tę krótkotrwałą przyjemność jest zbyt wysoka... Przecież nikt nie przyjdzie do dietetyka z podwójnym podbródkiem i oponą na brzuchu!

- Muszę w każdym razie schudnąć i wbić się w tę sukienkę! - Kamila przechyliła się przez oparcie, by spojrzeć w lustro. - No i pójść do fryzjera, poprawić farbę.

- Kiedy jest ta impreza? - Wzdycham.

- W sobotę.

- TĘ sobotę?

- No tak, a co?

- Jak zamierzasz schudnąć dwa rozmiary przez cztery dni?

- Cztery i trzy czwarte. Impreza jest wieczorem.

- No i?

- Muszę poprawić przemianę materii.

- Ach tak. Brzmi łatwo i prosto.

- Przestań być taka złośliwa. Kupiłam już tę herbatę...

- Jaką herbatę?

- No, na przemianę materii. Jelisan. Nie znasz jej?

- Kama, ich są w sklepach dziesiątki. Jak mam znać wszystkie?

- Przecież byłeś na studiach!

- Myślisz, że na studiach uczą takich rzeczy?

- Powinni.

- To musieliby dodać przedmiot o przepowiadaniu przyszłości, bo co miesiąc pojawiają się nowe wynalazki.

- Ta herbata w każdym razie działa. - Kamila wzrusza ramionami. - Badania tak pokazały.

- Jakie badania? I na co niby działa?

- No, na przemianę materii.

- Kama, to pewnie po prostu są zioła przeczyszczające!
Nie przyspieszysz spalania tłuszczu żadną herbatą.

- Akurat! Anita schudła trzy kilo w tydzień.

- A w następny tydzień?

- A nie wiem, nie chwaliła się, ale...

- No pewnie, bo nie miała czym. Przeczyściła się, a potem już nic nie schudła.

- Znowu się mądrzysz!

- Zeszła z niej woda. I brzydko mówiąc, kupa. To wszystko.
A tłuszcz został!

- Spieprzaj! Znowu wszystko psujesz! To co mam zrobić?

- Idź na siłownię. Żeby spalić tłuszcz, trzeba ćwiczyć. Albo chociaż zacząć mniej jeść.

- Nie mogę iść na siłownię koło pracy. Krystian jest tam codziennie! Nie może mnie zobaczyć spoconej i czerwonej. Poza tym, jak założę legginsy, to będzie widać mój cellulit!

- To załóż dres.

- Żeby wyglądała jak lump? Posrało cię?

- Ciekawy dobór słów. - Parskam śmiechem. - Piłaś już dziś tę herbatę?

Sekundę później obrywam włochatą poduszką. Nie jestem ranna, ale herbata, którą trzymam w ręce, rozlewa się malowniczo na koc i moje zielone spodnie. Pieprzony kolor nadziei!

- Kama! Do cholery jasnej!

- Sorry. Ale sama się prosiłaś. - Przyjaciółka obojętnie przygląda się, jak biegnę do kuchni i walczę z plamą na spodniach za pomocą płynu do naczyń i ręcznika. - Ułożysz mi tę dietę?

Po (chyba zbyt krótkiej) chwili namysłu wracam i hojnie nalewam sobie wina do pustej filiżanki po herbacie. Karzę się za to w myślach, bo przecież alkohol jest tuczący i szkodliwy. Ale może nie aż tak szkodliwy, jak myślałam,

skoro mi pomaga? Już kilka dużych łyków później świat wygląda o wiele bardziej kolorowo!

Ściągam spodnie, wrzucam je do miski z zimną wodą i idę do szafy po bawełniane legginsy, w których kiedyś, gdy miałam pieniądze, chodziłam na fitness. Po drodze chwytam koc. Moja biała kanapa jest teraz całkiem bezbronna wobec destrukcyjnych zapędów przyjaciółki.

- Dobra, ułożę - wzdycham wreszcie - ale musisz obiecać, że będziesz jej przestrzegać.

- Obiecuję.

- Wiesz, że do soboty możesz schudnąć maksymalnie niecały kilogram?

- Co?!

- Chcesz tę dietę czy nie? - cedzę przez zęby, wciskając się w legginsy. Dziwne, wydawało mi się, że są luźniejsze. Moje ulubione džinsy też ostatnio trochę mnie cisną. Cholera jasna, sama powinnam przejść na dietę!

- Tak, tak, chcę. - Kama gorliwie kiwa głową, ale w jej oczach czai się jakiś podejrzaný cień.

- Jutro rano ułożę i wyślę ci na maila. - Opadam ciężko na miękkie oparcie.

- Tylko wiesz co... - Kama sięga po kolejną garść popcornu, nie patrząc mi w oczy. - Bo ja jestem teraz wegetarianką.

- Co?! - Prawie opluwam się kawałkiem ciastka, które moja ręka chwyciła niepostrzeżenie ze stołu. - Od kiedy?!

- Od kilku dni. Bo robiliśmy taki reportaż... To znaczy Luiza robiła. I mi tak jest żal tych zwierząt, że wiesz... nie mogę ich jeść! Poza tym, chyba jakoś mi to mięso nie służy. I nawet przestało smakować. Trochę.

- Ale właśnie wpierniczyłaś paczkę sera pleśniowego!

- No bo ja jestem taką wegetarianką, co nie je zwierząt, ale sery je. Przecież nie zabija się krowy, żeby dostać mle-

ko, nie?

- Nie, ale te nowoczesne hodowle...

- Hmm tak, więc postanowione. To nie dawaj mi mięsa i ryb w tej diecie.

- Ryb też ci szkoda?

- No! - Na twarzy Kamili maluje się święte oburzenie. - Przecież trzeba być konsekwentnym!

*NIEJEDZENIE ŚNIADAŃ SPOWALNIA
METABOLIZM I SPRZYJA PRZYBIERANIU
NA WADZE...*

PONIEDZIAŁEK, 23 PAŹDZIERNIKA

- Ja, proszę pani, jestem całe życie na diecie! - Ufarbowana na perłowy blond kobieta o stanowczym wyrazie twarzy przygląda mi się badawczo.

Pani Jadwiga nie rzucała słów na wiatr - oto i pani Aldona, jej najlepsza koleżanka.

- Rozumiem. - Po jej minie widzę, że nie uzyskam dokładniejszych informacji. - W takim razie zapraszam panią na wagę, zaczniemy od pomiaru, a potem zidentyfikujemy problem i postaramy się znaleźć rozwiązanie.

- Zawsze pani mówi takim korpojęzykiem? - Perłowa głowa kiwa się z irytacją.

- Słucham? - Zatrzymuję się w pół kroku.

- Będziemy teraz godzinami identyfikować problem i szukać rozwiązania, marnując czas i pieniądze, a na pierwszy rzut oka widać, że jestem po prostu gruba i trzeba mnie odchudzić. - Kobieta wzrusza ramionami.

Krytycznie przyglądam się jej sylwetce. Wysoka, raczej szczupła, z zauważalnym jednak lekkim wybrzuszeniem w okolicach talii. Gładka twarz nie zdradza wieku, chociaż udekorowana krzykliwym makijażem i pełną wyższości miną robi raczej niemiłe wrażenie.

- To nie zawsze jest takie oczywiste... - próbuję się bronić, jednocześnie wstukując dane do panelu wagi. - Pomiar jest bardzo ważny w późniejszym tworzeniu diety.

- Och, bądźmy szczerze. - Pani Aldona z egzaltacją zrzuca srebrne buty na obcasach. Zawsze zadziwiały mnie kobiety, które potrafią całą jesień przechodzić w pantoflach. Szczególnie te wybitnie eleganckie, które uważają pończochowe skarpetki za relikty czasów minionych i nawet, gdy jest

osiem stopni, wkładają szpilki wyłącznie na bose stopy. – Pracuję jako przedstawiciel handlowy – mówi z pogardliwym uśmiechem. – Znam te bajery. Sama wciskam je ludziom.

– Jakie bajery?

– Coś pani poczaruje z tym sprzętem, dorobi do tego ideologię, a potem i tak da mi tę samą dietę co innym.

– Wręcz przeciwnie. Każdemu układam inną dietę.

Zostaję potraktowana ironicznym spojrzeniem z gatunku „doprawdy?”.

– Ach, jak tam pani sobie chce. Co niby mi tam wyszło?

– Masa ciała jest w normie, ale jest pani lekko odwodniona i ma kilka kilogramów tkanki tłuszczowej za dużo.

– Jak to jest niby możliwe, że waga jest w normie, a tłuszczu mam za dużo? – Pani Aldona mruży umalowane na niebiesko powieki. – Mogłaby pani chociaż zaprogramować to urządzenie tak, by trzymało jakieś pozory!

– Niczego nie programowałam. – Mój głos staje się ostrzejszy, niż bym chciała. Czy ci ludzie przychodzą tu wyłącznie po to, żeby się z kimś pokłócić? Przychodnie rejonowe i urzędy nie zaspokajają już ich potrzeb? – Norma na całkowitą masę ciała i tkankę tłuszczową jest podawana w przedziałach – tłumaczę już spokojniej. – Oprócz tego mamy też kości, wodę i mięśnie. Można mieć za dużo tłuszczu, a za mało mięśni i jednocześnie nadal mieścić się w przedziale wagi całkowitej.

– A skąd taka maszynka ma niby wiedzieć, ile mam tłuszczu?

– Mierzy przewodnictwo elektryczne tkanek. Dzięki temu odróżnia wodę od mięśni i tłuszczu.

– Niech pani mówi po ludzku.

– Przepuszcza prąd przez ciało i liczy, ile tkanek na to zareagowało.

- Prąd?!

- Minimalną dawkę. Człowiek nic nie czuje.

- Nie wierzę w to.

- Nie jest to tak precyzyjne, jak chociażby rezonans. Ale wystarczająco dokładne, by ocenić trend spadku lub wzrostu wagi. I bezpieczne w tak częstym stosowaniu jak podczas odchudzania. Dzięki pomiarowi mam punkt wyjścia do dalszych działań.

- Jak pani chce. Ja i tak w to nie wierzę, ale jak pani chce się w to bawić, to niech będzie.

Czuję zmęczenie, żołądek podskakuje, domagając się pożywienia, a po skórze głowy przebiegają mi stada małych mrówek. Mam nadzieję, że włosy nie stają mi właśnie dęba. Z tęsknotą myślę o razowym makaronie ze szpinakiem i indykiem, który odgrzany i niedojedzony stoi za ścianą, na parapecie. Koleżanka pani Jadwigi, przychodząc wcześniej, skróciła moją przerwę obiadową z trzydziestu minut do sześciu.

- Przejdźmy może do pani jadłospisu - mówię, powtarzając w myślach jak mantrę, że każdy pacjent jest na wagę złota.

- Co pani jada na śniadania?

- Nie jadam śniadań. To strata czasu.

Litości, ile razy ja to jeszcze usłyszę?

- Przeciwnie. Warto zacząć. Niejedzenie śniadań spowalnia metabolizm...

- Bzdura, całe życie nie jadłam i z moim metabolizmem wszystko było dobrze!

- Cóż, z wiekiem metabolizm staje się niestety coraz wolniejszy...

- Sugeruje pani, że jestem stara? Ja mam, proszę pani, dopiero czterdzieści dwa lata!

- Nic z tych rzeczy. - Zaczynam się pocić. Czy zabrałam w ogóle ze sobą z domu jakiś dezodorant?! - Ale prawda

jest taka, że im dalej od dwudziestego roku życia, tym bardziej musimy uważać na to, co jemy.

- Nie zyska pani pacjentów, dyskutując o ich wieku. - Głos kobiety jest zimny jak odcień jej włosów.

- Nie miałam nic złego na myśli - odpieram. - Takie są fakty. Czasem całe życie pracujemy na to, by nasze ciało w końcu się zbuntowało i oznajmiło nam to na przykład nadwagą lub chorobą. Ale wróćmy może do pani jadłospisu. Od jakiego posiłku zaczyna pani dzień?

- No, rano wypijam dwie kawy. Jedną jeszcze w łóżku, a drugą przy gazecie.

- Kawy są z mlekiem, z cukrem, słodzikiem?

Kobieta posyła mi zmęczone spojrzenie.

- Bez mleka i ze słodzikiem. Przecież mówiłam, że jestem na diecie.

- Dopytuję, bo muszę mieć precyzyjne notatki. - Nie wiem, czemu się tłumaczę. - Najlepiej, żeby wcześniej jadła pani nawet małe śniadanie. A kawę później. Tak będzie zdrowiej dla żołądka...

- Całe życie piłam kawę na czczo i mój żołądek ma się świetnie.

Kolejna niewypowiedziana uwaga o moim niedouczeniu zawisa w powietrzu. Pocę się coraz bardziej, a za żadne skarby nie mogę sobie przypomnieć, czy wzięłam ten dezodorant czy nie. W mojej głowie pojawia się jakaś absurdalna myśl o łyknięciu czegoś na uspokojenie. Otrząsam się jednak i walczę dalej.

- Rozumiem, że zmiana to trudny proces, ale...

- Na razie nie proponowała mi pani niczego sensownego. - Pani Aldona nie daje mi dokończyć. - Więc nie widzę powodu, by coś zmieniać.

Czterdzieści minut terroru później mam już zgagę, plamy potu pod pachami oraz pokaźną notatkę ze spotkania, z któ-

rej wynika, że jeśli pani Aldona będzie chciała dietę, to mam po prostu przerabane.

- Jeśli dobrze rozumiem - podsumowuję - nie jada pani warzyw, bo ich pani nie lubi. Z owoców wyłącznie banany, granaty i winogrona. Preferuje pani tłuste mięso i nabiał. Odtłuszczonego nie jada pani nigdy. Jajka wyłącznie smażone, orzechy tylko prażone i solone, żadnej kaszy, żadnych ryb, żadnej zieleniny, strączków czy kiełków. Wyłącznie jasne pieczywo, najchętniej świeża bagietka. I smaży pani na smalcu, bo nie znosi pani smaku oliwy.

Kobieta kiwa potakująco perłową głową.

- Jednego nie rozumiem. - Drapię się po skroni. - Wspomniała pani, że całe życie się pani odchudza, a wymienione przez panią produkty nie należą do dietetycznych.

- Och, to wszystko kwestia ilości.

- To znaczy?

- Ja nie wierzę w diety pełne niskotłuszczowych paskudztw i wiórowatych chlebów z dykty. Albo z samych warzyw, które nie mają przecież żadnego smaku. Nie wiem, jakim trzeba być idiotą, by tak jeść!

Wzdycham w myślach, wspominając razowy chleb z chudym twarożkiem i ogórkiem, który zjadłam na śniadanie. I szpinak z makaronem, który wciąż czeka na mnie za ścianą. Nawet nie mam siły poczuć się urażona. Na domiar złego żołądek na wspomnienie jedzenia znowu się skręca.

- Wymyśliłam sobie, że wolę jeść bardzo mało, ale tylko to, co mi smakuje - kontynuuje pani Aldona, niezrażona moją nietęgą miną. - Na przykład jem porządny obiad, a potem już nic.

- Ale przecież śniadań też pani nie je?!

- Tak no, taki jeden duży obiad mi wystarcza na dzień, ja nie jestem łakoma.

- Jeden posiłek w ciągu dnia to za mało. - Staram się ze wszystkich sił, by mój głos zabrzmiał spokojnie. - Może pani w ten sposób spowolnić metabolizm.

- Mój metabolizm działa wyśmienicie - odpiera kobieta z wyraźną dumą. - Codziennie po porannej kawie idę do toalety.

- Mam na myśli metabolizm energetyczny. Wydatki energetyczne, spalanie energii... - Nawet nie chce mi się wchodzić w szczegóły. - Krótko mówiąc, powinna pani jeść częściej, a mniej.

- Ale ja przez całe życie tak jadłam i...

- Pani Aldono, czy zastanawiała się pani kiedykolwiek nad tym, z czego właściwie wynika pani nadwaga? - Już nie wytrzymuję.

Coś zaskoczyło w perłowej głowie. Początkowy grymas niezadowolenia powoli zastępuje iskra zrozumienia, a może nawet lekkie olśnienie. Nawet waniliowe świece na stoliku palą się teraz jakby jaśniej. Wykorzystuję tę chwilę na kilka głębokich oddechów.

- Co pani proponuje? - Podejrzliwość wyziera spod niebieskich powiek pani Aldony.

- Pójdziemy na kompromis. Ja postaram się przemycić trochę pani ulubionych produktów do diety, a pani spróbuje nowych, zdrowych rzeczy, których zwykle pani nie jada.

- Na przykład?

- Na przykład robi pani sobie makaron, ale razowy.

Pani Aldona marszczy nos z obrzydzeniem.

- Raz go kupiłam i wszystko musiałam wyrzucić. Nie wiem, kto kupuje to paskudztwo.

Ja.

- Proszę spróbować - nie ustępuję. - Zaleje go pani sosem, trochę się go ukryje.

- Jakim sosem?

- Na przykład z przecieru pomidorowego, z niewielką ilością młodego szpinaku, ziarnami słonecznika, oliwkami i kawałkami mięsa z indyka. Można całość posypać odrobiną sera żółtego, tak dla kompromisu. To bardzo smaczne i syćące. A kilokalorii nie ma dużo.

Z rozrzewnieniem wspominam mój obiad czekający za ścianą. Ponownie odgrzany nie będzie już pewnie taki smaczny.

Nagle dzieje się rzecz nieoczekiwana. Pani Aldona wybuchą głośnym, niekontrolowanym śmiechem. Drętwieję, zastanawiając się, czy powinnam zadzwonić po karetkę, a jeśli tak, to dla której z nas. Nie odzywając się, czekam na dalszy rozwój wypadków.

- Widzę, że wpadła pani w pułapkę blogów. - Kobieta wreszcie milknie i ociera łzę, starając się nie wydłubać oka monstrualnym tipsem.

- Nie rozumiem - odpowiadam słabo.

- Tych fitblogów. Ja znam to zjawisko. - Zostaję obdarzona spojrzeniem człowieka światłego, obeznanego z życiem. - Wyretuszowane panienki gotują jakieś paskudztwa i pieką ciasta bez mąki, tłuszczu, cukru i wszystkiego. Wstawiają to na bloga, a potem wszystko wyrzucają do kosza, bo przecież nikt przy zdrowych zmysłach nie będzie jadł czegoś takiego. A biedni ludzie wpędzeni w wyrzuty sumienia, że właśnie zjedli schabowego i szarlotkę, gotują te wynalazki i jedzą, myśląc, że to poświęcenie zapewni im sylwetkę blogerki. A ona w rzeczywistości nawet tak nie wygląda! Widzę, że pani też daje te przepisy do diet. Jeśli tak, to ja chyba nie jestem zainteresowana.

- Nadal nie rozumiem - mówię zgodnie z prawdą. - Makaron razowy z warzywami i drobiem to zwyczajne, codzienne jedzenie. Sama mam to dziś na obiad.

- Po co? - Wytuszowane rzęsy rozwierają się szeroko.

- Jak to, po co?
- Przecież pani nie musi się odchudzać!
- Ja się nie odchudzam, ja po prostu tak jem. - Dyskretnie poprawiam obszerną, pudełkową bluzkę, ukrywającą nowo powstałą fałdkę w okolicy talii. Wieczorki z Kamilą, słodyczami i winem muszą się skończyć! Uroczyście to sobie obiecuję. - Lubię to i uważam, że jest zdrowe. Kiedyś jadłam białe makaron i bagietki, ale przyzwyczaiłam się do innego jedzenia i dobrze mi z tym. Teraz nawet wolę ciemny makaron od jasnego.

Pani Aldona przez chwilę lustruje mnie wzrokiem.

- Och, w sumie pani jest dietetyczką! - Wzrusza w końcu ramionami.

Dietetykiem!

- Dietetyczki MUSZĄ jeść te swoje dietetyczne świństwa. Nawet, jeśli im nie smakują.

Doprawdy? Czyli to żadne moje osiągnięcie.

Kobieta splata wypielęgnowane dłonie na kolanach.

- W sumie nawet podziwiam pani zaangażowanie, oczywiście o ile mówi pani prawdę, ale normalni ludzie to co innego. Zresztą notoryczne umartwianie się prowadzi do nerwicy i depresji.

- Tak? - pytam głupio. Faktycznie, czuję się, jakbym za chwilę miała się nabawić nerwicy. To pewnie przez ten pieprzony szpinak!

- Tak. A życie jest za krótkie, żeby tak się męczyć, zatem pytam ponownie: co mi pani proponuje?

- Ja... ja sama już nie wiem. - Zapadam się w fotel, marząc, by czekoladowe poduszki wessały mnie i zabrały w jakiś niebyt. - Oczekuje pani, że ułożę dietę zdrową i odchudzającą, jednocześnie wyłączającą większość zdrowych produktów i składającą się z produktów tłustych i kalorycznych?

- To nie moja wina, że nie lubię nic zdrowego.

A moja?

- Ale... ale tego się pogodzić po prostu nie da!

- Widać nie jest pani tak elastyczna, na jaką się pani kreuje. - Pani Aldona zanurza czerwone tipsy w torebce z zawieszka w kształcie monstrualnego frędzla i wyciąga wielki telefon w plastikowej obudowie koloru paznokci.

Co oni mają z tą elastycznością? I dlaczego za każdym razem tą elastyczną stroną mam być właśnie ja?

- Ja byłam na pani stronie internetowej, jak Jadzia dała mi namiar - mówi blondynka. - Chciałam sobie poczytać, zanim przyjdę.

Przyglądam się jej nierozumiejącym spojrzeniem, myśląc tylko o tym, że dezodorant już nic tu nie pomoże. Przed kolejnymi spotkaniami przydałyby się prysznic i świeża bluzka.

- Jak tam byłam, to kliknęłam też na zakładkę „dlaczego ja?” - ciągnie kobieta, nerwowo jeżdżąc szponiastym palcem po ekranie.

„Dlaczego ja?”, dobre sobie. Czyżby uruchomił mi się jakiś szósty zmysł albo prorocze widzenie, gdy projektowałam tę stronę?

- Napisała tam pani, że, cytuję: układa diety indywidualnie i dostosowuje każdą do stylu życia, stanu zdrowia i upodobań kulinarnych pacjenta. To może mi pani teraz powie, skoro już skasowała pani dziewięćdziesiąt złotych za to bezprzyszłościowe spotkanie - co w takim razie miała pani na myśli?!

* * *

Czterdzieści minut i dwa spotkania później, po dwóch kubkach melisy, zimnym (nerwico- i depresjogennym) obiedzie

oraz trzech tabletkach ibuprofenu zaczynam wreszcie jaśniej myśleć.

Jest szesnasta siedem, za oknem już całkiem szaro, a za godzinę i dwadzieścia trzy minuty mam spotkanie z Leonem Lampką. Tymczasem, dosłownie rzecz ujmując, śmierdę, a feralne dziewięćdziesiąt złotych za „bezprzyszłościowe spotkanie”, moja kasa fiskalna wydrukowała na ostatnim, najostatniejszym kawałku rolki.

Teraz jak o tym myślę, to faktycznie facet z serwisu coś wspominał, że pierwsza rolka znajdująca się w wyposażeniu startowym będzie krótsza, ale kto by tam spamiętał te wszystkie szczegóły? Nie ma rady, muszę zdobyć nową przed przyjściem pacjenta.

Zaparzam trzecią melisę (z niepokojem zauważając, że czuję już dno pudełka pod palcami) i próbuję ustalić plan działania.

Rolkę mogę kupić w papierniczaku przy poczcie, to jest dwa przystanki stąd. Przy okazji odbiorę polecony, bo jakieś awizo leży w skrzynce już od tygodnia.

Do domu mam prawie godzinę drogi, więc nie ma opcji, bym zdążyła pojechać się wykąpać. Nie, to się nie uda.

Mateusz? Odpada. Jego mieszkanie też jest dość daleko, a ja nie mam kluczy. Musiałabym najpierw iść do niego do pracy, a może ma akurat spotkanie... Kama! Kama mieszka dwadzieścia minut drogi stąd! Oby była już w domu...

Chwilę później już wiem, że Kamy nie ma w domu, ale za to na szczęście jest jej siostra. Pozostawiając dwie trzecie kubka niedopitej melisy (co za marnotrawstwo!), narzucam płaszczy i wybiegam w dżdżyste popołudnie.

Świat znowu nie jest po mojej stronie. Nie mogąc doczekać się autobusu, postanawiam przejść do papierniczego na piechotę. Przez opóźnienie niestety nie odbiorę już listu. Przez przeszkloną ścianę poczty dostrzegam tłum zmęczo-

nych poniedziałkiem ludzi i nawet nie próbuję wchodzić do środka.

W papierniczym też jest kolejka, a gdy wreszcie podchodzę do lady, dowiaduję się, że rolek trzycentymetrowych chyba nie ma. Czekam następne osiem minut, podczas gdy blada ekspedientka przeszukuje zaplecze. Wreszcie wraca z triumfalnym uśmiechem. Okazuje się jednak, że nie mogę nabyć jednej rolki, tylko całe opakowanie (czyli dwanaście sztuk) za horrendalną kwotę dwudziestu siedmiu złotych. Z żalem wydaję prawie wszystkie pieniądze, jakie mam w portfelu (i za które miałam zrobić zakupy na kolację, jutrzejsze śniadanie i obiad na dwa dni). Wrzucam rolki do torebki i pędzę na przystanek, bo oto nadjeżdża autobus...

Pośpiech usypia moją czujność – gdy biegnę wzdłuż krawędzi jezdni, przejeżdżający ze zdecydowanie niedozwoloną prędkością pojazd osobowy w kolorze srebrnym ochlapuje mnie mętną, błotnistą wodą z kałuży. Na szczęście spodnie mam ciemne i wzorzyste, a płaszcz w pracy przecież zdejmę. Beżowa tkanina pokryta jest fantazyjnym, ciemnobrunatnym wzorem. Nie chcę na razie myśleć, ile będzie mnie kosztować pralnia. Pięć obiadów? Siedem? Niech to szlag! Może po prostu zacznę już nosić zimową kurtkę, a płaszcz upiorę dopiero wiosną?

W autobusie zajmuję miejsce przy samych drzwiach i przymykam oczy, słuchając, jak auto sunie po jezdni. Odgłosy te jednak szybko cichną, zastąpione przez jednostajne, znużone rżenie silników.

Otwieram oczy – korek jak stąd do Meksyku! To chyba jakiś zły sen, ale potrząsanie głową i szczypanie się w dłoń wcale mnie nie wybudza, przyciąga natomiast ciekawskie spojrzenia współpasażerów.

Spoglądam na zegarek, którego wskazówki nieubłaganie posuwają się do przodu. Szesnasta dwadzieścia sześć. Tro-

chę ponad godzinę do spotkania z Leonem. Wszystkie moje mięśnie napinają się boleśnie niczym postronki, jakbym próbowała ruszyć autobus siłą woli.

Gdy o szesnastej pięćdziesiąt jeden wbiegam na drugie piętro po schodach niskiego bloku, w którym mieszka Kamila, jestem tak zmęczona, że najchętniej położyłabym się na lastrykowej posadzce i poczekała, aż ktoś mnie sprzątnie.

Plamy potu pod pachami pewnie jeszcze się powiększyły, ale to już bez znaczenia. Gdy wciskam dzwonek, mam w głowie ułożony cały plan: dziewięć po piątej jest autobus powrotny, który (jeśli nie będzie korków) dowiezie mnie na miejsce na styk. Na wizytę u Kamili mam równo osiemnaście minut. Wystarczy na błyskawiczny prysznic, przebranie się w jakąś pożyczoną bluzkę i starcie mokrą gąbką błota ze spodni i butów. Może nawet zdążę wypić szklanek wody? Pan Leon i tak zawsze się spóźnia, więc... tylko dlaczego, do cholery, nikt nie otwiera?!

Wyświetlacz telefonu pokazuje szesnastą pięćdziesiąt trzy. Dwie z moich cennych osiemnastu minut już upłynęły. Dzwonię do Kamili. Nie odbiera.

Boże jedyny! To się nie dzieje naprawdę!

Wreszcie oddzwania. Jest zdziwiona, bo uprzedzała Karolinę, że przyjadę. Siostra miała być w domu całe popołudnie. Może jest w łazience?

Opieram się o żółtą lamperię i ronię kilka łez z bezsilności. Po kolejnych czterech minutach jestem zdecydowana wrócić do pracy i zapaść się pod ziemię ze wstydu z powodu mojego wyglądu i zapachu, gdy nagle od strony wind słyszę jakieś kroki. Po chwili zza winkła wyłania się Karolina, w spodniach od dresu, jedwabnej bluzce i domowych kapciach.

– O, już jesteś Juśka. Sorry! Wyskoczyłam na chwilę po papierosy.

- Otwieraj te drzwi, błagam! - syczę.

Karolina wzrusza tylko ramionami i otwiera mieszkanie, gdzie wpadam niczym szczur uciekający przed powodzią.

Mam jedenaście minut. O kąpieli nie może być już mowy, dlatego ograniczam się do umycia pod pachami, spryskania dezodorantem i wrzucenia na siebie jakiejś losowej bluzki z szafy Kamy. Swoje przepocone ubranie zostawiam na podłodze łazienki. Jest tam taki bajzel, że pewnie zorientują się za miesiąc, że jeden z ciuchów nie należy do nich. Albo i nie.

Karolina nie może znaleźć czystej gąbki ani zmywaka, więc czyszczę spodnie zwilżoną dłonią, co niestety pogłębia problem, zamiast go zlikwidować. Próbuję się ratować papierem toaletowym, ale ten, zamiast pomóc, wzbogaca moje spodnie o upiorny biały nalot.

Klnę na głos z rozpaczy, poganiana przez minutnik w telefonie, który spoczywa na wypełnionej po brzegi pralce. Patrząc na jej zawartość, czuję przemożną chęć, by poinformować Karolinę o zasadach sortowania brudów, bo wrzucone bez ładu i składu na pewno zafarbują. To jednak będzie musiało poczekać, bo nie mam czasu do stracenia.

Siostra Kamy spokojnie pali papierosa, oparta o pomalowane na różowo drzwi łazienki, i przygląda mi się, tak jakby mój statek kosmiczny wylądował właśnie na sedesie.

- Napijesz się czegoś? - pyta, gdy owijam się bezładnie brudnym płaszczem i próbuję zapiąć dwa buty jednocześnie.

- Nie mam czasu, dzięki, pa!

Myślę, że wreszcie uśmiechnęło się do mnie szczęście, bo spóźniony o minutę autobus zatrzymuje się na przystanku dokładnie w chwili, gdy zziajana dobiegam na miejsce. Niestety, moje nadzieje okazują się płonne. Ledwo wpadam do pojazdu i podtrzymując się uchwyty gramolę w kierunku

jedynego wolnego miejsca, stoję twarzą w twarz z panią Al-doną.

- Pani tutaj? - Piskliwy głos wdziera mi się do mózgu. Mam nadzieję, że antyperspirant dziewczyn jest wytrzymalszy od mojego. - Zostawiłam u pani szal. Byłam jeszcze u fryzjera i właśnie wracam. Gdzie pani tak jeździ, zamiast siedzieć w biurze? Pojechałabym na marne.

Kobieta (jak na złość nienagannie ubrana i świeżo uczesana we fryzurę „na garnek”) nawet tego nie ukrywając, przygląda się po kolei moim brudnym butom, spodniom oraz płaszczowi we wzory à la kałuża. Na koniec jej wzrok ląduje na moich potarganych, zapewne, włosach.

- Dlaczego pani nie zadzwoniła? - chrypię.

Obliczam w myślach, że minęła już ponad godzina, odkąd coś piłam, a w tym czasie miałam sporo nadprogramowej aktywności fizycznej. Z żalem patrzę, jak ostatnie wolne miejsce zajmuje młody chłopak w okularach i wielkich czerwonych słuchawkach.

- Na stronie napisała pani, że jest pani do szóstej. A nie ma nawet wpół do.

Dzięki niebiosom, że jeszcze nie ma.

- Miałam sprawę do załatwienia. Służbową. - Nie wiem, po co się tłumaczę tej okropnej kobiecie. - Właśnie wracam na spotkanie.

- Cóż. To jedźmy.

Zatem jedziemy, ale na szczęście w milczeniu. Po ponad dziesięciu minutach całkiem płynnego przemieszczania się wstępuje we mnie nowa nadzieja, że będę na czas i zdążę zdjąć ten cholerny płaszcz, a nawet poprawić włosy, zanim zobaczy mnie pan Leon. Moje rozważania przerywa jednak gwałtowne szarpnięcie, które prawie wyrywa mi rękę z barku. Żółta rura wyslizguje mi się ze spoconej dłoni i po chwi-

li rękaw płaszcza wzbogaca się o kolejne plamy, tym razem po zetknięciu z ubłoconą podłogą autobusu.

Nienaganna pani Aldona, wciśnięta między automat do sprzedaży biletów i oparcie dla niepełnosprawnych, nawet nie ukrywa rozbawienia.

Podnoszę się z kolan tylko po to, by usłyszeć, jak wąsacz w niebieskiej koszuli i pulowerze oznajmia beznamietnie, że wzięliśmy czynny udział w stłuczce na skrzyżowaniu (pięć przystanków od mojego biura) i autobus nie pojedzie dalej.

Na żółtym kasowniku wyświetla się siedemnasta dwadzieścia jeden. Muszę zadzwonić do pana Leona! Macam się po kieszeniach płaszcza i... cholera jasna! Zostawiłam telefon na tej cholernej pralce!

Kolejne tego dnia łązy bezsilności torują sobie drogę na zewnątrz. Ja chyba śnię! To się nie dzieje naprawdę! Rozglądam się gorączkowo po ulicy w poszukiwaniu wybawienia. Taksówka odpada, nie stać mnie. Ale tramwaj... tramwaj! Jestem na skrzyżowaniu z tramwajami! Wybiegam jak oparzona z autobusu, machając pospieszająco do pani Aldony, która pewnie już sobie wyrobiła odpowiedni pogląd na temat mojego zdrowia psychicznego.

- Mam spotkanie, muszę biec! - Truchtam tyłem, nadal machając rozpaczliwie rękami i wskazując na przystanek tramwajowy. Mam uzasadnione obawy, że moje machinacje z myciem i przebieraniem się w świeżą odzież poszły właśnie na marne.

- Nie będę biegać - oświadcza pani Aldona z godnością, nie ruszając się z miejsca. - Poczekam na następny.

Bez pożegnania odbiegam z przystanku, tym razem już przodem, i w ostatniej chwili wskakuję do tramwaju.

Jest siedemnasta dwadzieścia pięć i zaczęło znowu padać. Na szczęście panu Leonowi jeszcze nigdy nie zdarzyło się przyjść punktualnie. Zdejmę płaszczyk, wypiję zimną melisę

(przecież zimna też chyba zadziała?), wygładzę wodą włosy i zepnę w ciasny koczek. Plamy na spodniach będę zasłaniać podkładką do pisania. Niestety, w tym przypadku nie mogłam liczyć na garderobę Kamili. Moja przyjaciółka (podobnie jak jej siostra) ma nogi przynajmniej dwadzieścia centymetrów dłuższe niż moje.

Dobiegam do drzwi wejściowych o siedemnastej trzydziści trzy i już wiem, że mój misterny plan zawalił się niczym domek z kart. Pod drzwiami, schowany pod wielkim czarnym parasolem na srebrnej ręczce, stoi pan Lampka i czerwony na twarzy wściekle stuka w Bogu ducha winny guzik domofonu.

- Panie Leonie, już jestem! - stękam. - Przepraszam, to była wyjątkowa sytuacja. Nie ma pan pojęcia, co...

- Wyjątkowa sytuacja?! Pani chyba sobie żartuje! Stoję tu od pięciu minut, na tym deszczu!

Przyglądam się uważnie odprasowanemu na sztywno garniturovi oraz wyglancowanemu pantoflom i nie mogę się oprzeć wrażeniu, że dzisiejsza pogoda potraktowała go i tak łaskawiej niż mnie, więc nie ma prawa narzekać.

- Przepraszam, uczestniczyłam w stłuczce, zostałam pozbawiona telefonu i...

- To trzeba było wcześniej wyjść, gdziekolwiek tam pani bawiła - grzmi pan Lampka. - Na papieroska to miała pani czas, co nie?

Jakiego papierosa, do cholery? Przez mój mózg cwałują dziesiątki myśli, aż w końcu wszystko łączy się w całość. Łazienka Kamili. Karolina. Dym. Pewnie cała nim przesiałam, kiedy tam byłam!

- Ten dym to nie ode mnie, ja nie palę, tylko po prostu...

- Proszę pani, bądźmy dorośli. - Pan Leon obdarza mnie spojrzeniem człowieka znającego życie. - Jesteśmy tylko ludźmi, po co się wypierać, przecież ja pani nie oceniam.

Tylko wie pani, nie może się pani przez to spóźnić na spotkanie! Organizacja czasu! To podstawa wszystkiego w biznesie, zawsze to powtarzam! Wie pani, jak człowiek jest nieorganizowany, to nie nadaje się do prowadzenia interesów.

A ja myślałam, że jak jest nieelastyczny!

- Już mówiłam, że przepraszam. To naprawdę była sytuacja niezależna ode mnie.

- Niezależna, też coś. Człowiek jest kowalem własnego losu, proszę pani.

- A jednak...

- Wie pani, to jest całkiem absurdalna sytuacja. - Mężczyzna wysuwa spod rękawa zegarek droższy od mojego samochodu i studiuje uważnie złote wskazówki. - Ja się z panią umawiam, a pani nie ma na czas. Tak nie można traktować ludzi!

Doprawdy?!

- Może zatem wejdźmy już do środka i tam porozmawiamy.

Bo jakby ktoś nie zauważył, ja nie mam parasola i z każdą chwilą mój brudny płaszcz oraz wronie gniazdo na głowie coraz bardziej nasiąkają zimną deszczówką.

- Nie. Wie pani co? Ja rezygnuję. - Pan Leon chowa zegarek i potrząsa skórzaną aktówką, strzepując z niej krople wody. - Ja jestem umówiony i nie mam już czasu na takie zabawy. Moja dziewczyna pewnie czeka już na mnie w restauracji.

- Ale przecież...

- Wie pani, czas to pieniądz! Musi pani zrozumieć, że ktoś też może mieć jakieś plany!

* * *

- Krystian jest gejem! - Kamila wparowuje do mojego gabinetu jak rakieta ziemia-powietrze i rzuca przepastną tor-

bę na biurko, strącając zszywacz i rozsypując po podłodze zawartość pudełka ze spinaczami.

- Co takiego? - pytam słabo, nie wstając z fotela. Opadłam na niego po pożegnaniu z panem Leonem oraz drugiej wizycie pani Aldony i od tamtej pory tak siedzę. Niedopita melissa wciąż stoi w zielonym kubku na odległym parapecie, bo nie miałam siły po nią pójść. Coś w mojej głowie każe mi wstać i pozbierać spinacze, ale ciało odmawia posłuszeństwa.

- No kurwa, po prostu nie uwierzysz! - Kama rzuca się na sofę i opiera nogi w ubłoconych botkach na podłokietniku.

Nawet nie chce mi się jej strofować. Tak samo jak nie chce mi się jej wyjaśniać, że dziś nie ma takiej rzeczy, w którą bym nie uwierzyła. Zwłaszcza jeśli dotyczy ludzkiej psychiki.

- Poszłam na jego domówkę w cekinach, najwyższych szpiłach, jakie mam i staniku z push-upem. Mówię ci, kurwa mać, poszłam nawet do fryzjera i wciągałam brzuch cały wieczór, a tu nic!

- Co nic?

- Nic. Gadał ze mną, oczywiście, ale żadnych zerkań na tyłek czy cycki. No nic!

- No w końcu jest gejem, nie? - zauważam przytomnie.

- Ale nikt, kurwa, o tym nie wiedział! - Kama ciska ozdobną poduszkę na wykładzinę, po której jeszcze pięć minut temu stąpała w mokrych butach.

Robi mi się smutno.

- Poszłam tam - ciągnie - a tam głównie faceci! Nie po wiem, trochę się zdziwiłam, ale co mi do tego, jakich gości zaprasza. Tylko że on cały wieczór przesiedział z jednym z nich! Pieprzony geek w kraciastej, błękitnej koszulce, z okularami w grubych oprawkach! Nawet nie był przystojny! Wypłosz taki!

Cieężko wzdycham, próbując sprawić siłą woli, by kubek z melisą przylewitował do mnie z parapetu nad biurkiem.

- W niedzielę byłam zła na siebie, że nie schudłam. - Kamiła przybiera zboląły wyraz twarzy. - Pewnie zauważył, że wciągąm brzuch! No ale tak sobie wcześniej wykminiłam, że na razie wystarczy tylko wciągnąć, bo nim znajomość dojdzie do etapu rozbierania, to już na pewno zdążę się pozbyć tej fałdy, ale... - Kama zrywa się z sofy i biegnie do biurka. Po kilku sekundach grzebania w ogromnej torbie wyciąga butelkę czerwonego wina. Moje zmysły na chwilę się wyostrzają. Co tam melisa! Wino na dzisiejszy wieczór to strzał w dziesiątkę! - Masz jakieś kieliszki? - pyta moja przyjaciółka.

- Oszalałaś? W pracy? - Zwlekam się z fotela i po chwili wracam z dwoma kolorowymi kubkami o pojemności trzystu mililitrów. - Lej - mówię, stawiając naczynia na blacie. Następnie starannie zaciągam żaluzje. Nie wiadomo, czy pani Aldona nadal nie kręci się w pobliżu jak wrogi okręt podwodny. - Ktoś widział, że to tu wnosisz?

Kama patrzy na mnie jak na nienormalną, wytrząsając z torby kolejne paczki paluszków, prażynek, delicji i żelek.

- Ty to naprawdę potrzebujesz się napić - kwituje.

- Oj, żebyś wiedziała! - Wychylam duszkiem jedną trzecią kubka. Jeśli przyjaciółka jest zaskoczona, to nie daje tego po sobie poznać, a za chwilę robi dokładnie to samo. - To co w końcu z tym Krystianem?

- Wczoraj wieczorem napisał mi SMS-a, że musi ze mną porozmawiać. - Kama wpycha do ust naręcze orzechowych chrupek. - Dostałam niemal sraczki umysłowej! Wyobrażałam sobie, że wcześniej był nieśmiały i wstydził się, wiesz, tak przy tych wszystkich osobach, że ukrył się za kolegą - wiesz, jak to jest.

Kiwam głową, ale kompletnie nie mam pojęcia, o czym ona mówi. Etap randkowania mam dawno za sobą i te wszystkie podchody czy gierki to dla mnie czarna magia.

- Dziś rano założyłam znowu te džinsy. - Kama peroruje dalej, żywo gestykulując. - Wiesz które, te co je chwalił, chociaż musiałam je wyszarpnąć Karo z gardła, bo to w sumie są jej džinsy tak naprawdę, a nie moje...

Mając dziś bezpośrednią styczność z ich łazienką i podłogą w sypialni, zastanawiam się, jak siostry w ogóle rozróżniają swoje ubrania.

- I co?

- I gówno. - Przyjaciółka pociąga duży łyk z niebieskiego kubka. - Odstawiłam się jak szczur na otwarcie kanału, a on rano podchodzi i mówi, żebyśmy poszli razem na brunch, bo ma do mnie sprawę. Siedziałam jak na szpilkach, zresztą dosłownie, bo miałam na sobie zajebiście niewygodne, ale piękne szpilki, wiesz, te czerwone, co kupiłam latem na wyprzedażach, a jak w końcu poszliśmy to... ooo, kurwa! - Kolejna garść chrupków, tym razem paprykowych, ląduje w paszczy Kamili. Idę w jej ślady, bo napięcie rośnie i zaczęłam się czuć, jakbym oglądała jakiś thriller. Ciekawe, czy melisą można popijać alkohol? - Siadamy przy stoliku, wiesz w tej knajpce z naleśnikami i kanapkami na ciepło, co jest na dole pod redakcją, a on do mnie, że ten geek w błękie, ten Mariuszek pieprzony, wprowadza się do niego w przyszłym tygodniu i że skoro ja mam taki świetny gust, a poza tym jesteśmy kumplami, to on chce żebym ja... żebym JA, pomogła mu odświeżyć wystrój mieszkania przed tą wieko-kurwa-pomną chwilą! Wyobrażasz sobie to?! Prawie oplułam się kawą!

- Kawą za dwanaście złotych faktycznie szkoda płuć! - Chichoczę.

- Juśka, no kurwa mać! Nie żartuj sobie, wiesz, jak ja się poczułam?

- Domyślam się.

- Ale ja byłam głupia! Powinna być się domyśleć, jak skomplementował moje spodnie, a nie tyłek! Całe szczęście, że w końcu nie przeszłam na tę twoją dietę. Szkoda zacho-
du dla takiego palanta!

O moim zachodzie jakoś zapomniała.

- A co mu odpowiedziałaś? - odpuszczam jej to jawne chamstwo, bo jestem autentycznie ciekawa.

- Że nie mam czasu, bo jadę na urlop i żeby może poprosił jakiegoś męskiego kumpla. Może geek-pieprzony-Mariuszek się nie obrazi.

- A jedziesz?

- No teraz to już muszę. - Kolejny wielki łyk wina znajduje drogę do żołądka Kamili. - Znalazłam jakąś ofertę na Grouponie, szefowa jakoś to łyknęła, powiedziałam, że potrzebuję inspiracji do nowego numeru. Ty, a może pojedziesz ze mną jutro do SPA na Mazury? - Przyjaciółka, zorientowawszy się, że na dnie butelki nie zostało wiele, idzie do torby po kolejną. Zaczyna mi się kręcić w głowie.

- Nie ma opcji.

- Oj daj spokój, zapłacę za ciebie!

- Wykluczone - sprzeciwiam się, przeżuając dwie pomarańczowe delicje na raz. - Jeszcze nie oddałam ci za bluzki.

A zaraz potrzebne będą następne...

- Oj, Juśka!

- Chyba masz za dużo pieniędzy. - Wskazuję skinieniem głowy na biurko, stół i parapet zaścienione słodyczami i butelkami. Wino szumi mi w głowie, która opada bezwładnie na oparcie fotela, a przyjemne odprężające ciepło krąży w żyłach i odpycha złe wspomnienia z dnia dzisiejszego. Na myśl o nich dostaję lekkiej czkawki.

Czuję się trochę winna, bo powinnam schudnąć, a mój żołądek znowu jest pełen pustych kalorii. Ale może to i dobrze. Bo na kolację to dziś i tak nie byłoby mnie stać.

*NIEDOBÓR WODY MOŻE UTRUDNIĆ
ODCHUDZANIE, BO TAK ZWANE
SPALANIE KALORII ZACHODZI WOLNIEJ
I MNIEJ EFEKTYWNIE.*

ŚRODA, 25 PAŹDZIERNIKA

Ja już nie piję. Nigdy.

Jest środa, a ja jeszcze nie doleczyłam kaca, na którego zapracowałam z Kamą w poniedziałek. Ona jednak pojechała do jakiegoś cholernego mazurskiego SPA leżeć w szlafroku z plastrami ogórków na oczach, a ja? No właśnie – ja. Sama nie wiem, jak przeżyłam te półtora dnia. Na szczęście (!?) pacjentów nie było wielu.

Teraz siedzę z nogami na biurku, z plastrem chłodzącym przyklepionym do czoła i czekam na panią Lucynę, popijając zieloną herbatę.

Pacjentka zjawia się punktualnie, ale już z jej miny wnioskuję, że nie ma dla mnie dobrych wiadomości.

– Wie pani, no jakoś mi nie poszło. – Siada na wielbłądziej sofie (jakimś cudem udało mi się doczyścić błoto z podłokietników) i stawia podniszczoną torebkę na kolanach, jakby chciała się za nią schować.

– Ale przestrzegała pani diety?

– No wie pani, różnie. – Powraca znajomy przepraszający ton. – Śniadania to tak, muszę przyznać, że tu się już przyzwyczaiłam. Ale obiad... Wie pani, trudno gotować trzy obiady na każdy dzień.

– Dlaczego trzy? – wykrztuszam.

– No bo, wie pani, mąż i młodszy syn lubią dobrze zjeść. Zresztą to mężczyźni, wiadomo. Nie dla nich cienkie zupki i sałatki. A córcia to co chwilę ma nowy pomysł. Wie pani, a to bez mięsa, a to bez nabiału, a to bez mąki. To ja jej gotuję, co ona tam wymyśli, ale jak mam dla siebie ugotować, to już nie mam siły i dojadam zwykle po niej albo poczęstuję się tym, co dla męża i syna robię. Zależy, co zostanie.

- Pani Lucyno. Dla mnie najważniejsze są pani i pani dieta, a nie pani dzieci i mąż - tłumaczę spokojnie. - Nie zajdziemy daleko z odchudzaniem, jeśli będzie pani jadła tak chaotycznie. Czy pani rodzina nie może trochę pani pomóc, na przykład przygotowując coś samodzielnie?

- Nie, no jak? - Kobieta porusza się niespokojnie, omal nie zrzucając torebki. - Oni nie gotują. Zresztą nie mają czasu, mąż pracuje, wraca i jest zmęczony, a dzieci się uczą, nie będę zawracać im głowy. Zresztą, od czego jest matka? Ma pani dzieci?

Kiwam przecząco głową.

- No właśnie, to jak pani będzie mieć, to pani zobaczy. Wie pani, nie ma nic ważniejszego od szczęścia dzieci.

- Ale... ale kto zapewni szczęście pani? Zresztą, o czym my mówimy? Ma pani niezbyt dobre wyniki badań: podwyższone cukier, enzymy wątrobowe i trójglicerydy. Pani zdrowie może ucierpieć, jeśli będzie pani się dalej niewłaściwie odżywiać.

- Ale ja się staram, naprawdę. - Kobieta cofa się spłoszona. - Tak w połowie, to wie pani, chyba przestrzegam. To już zawsze lepsze niż nic. Ale wie pani, teraz był taki tydzień, akurat syn wrócił z wyjazdu i musiałam go oprąć i oprasować, wie pani, ile ci młodzi chłopcy brudzą...

- Pani Lucyno, cieszę się, że poczyniła pani pierwsze kroki - przerywam potok słów na temat, który kompletnie mnie nie obchodzi. - Ale już pora na następne.

- Może teraz będę miała więcej czasu. Dzieci na razie nigdzie nie jadą, Leonek wyjechał z kolei, więc nie będę robiła mu słoików. Może będzie troszkę więcej czasu dla mnie.

- Mam taką nadzieję. - Na wspomnienie Leonka mój głos robi się zimny, ale szybko łagodzę ton, widząc przestraszoną i przepraszającą minę pacjentki. - Ostatnio długo nie mogliśmy się umówić, spróbujmy teraz spotykać się czę-

ściej, żeby miała pani większą motywację. Może od razu ustalimy termin. Co pani powie na przyszłą środę?

- Oj, w środę to nie. Lenka, córka moja, ma wizytę u dentysty, a potem jeszcze zakupy, wie pani.

No tak, i cały dzień zajęty.

- A czwartek?

- W czwartek obiecałam Jadzi, że posiedzę z mamusią. Zamierzam nasmażyć naleśników i...

- Chyba nie będzie pani jadła naleśników? - wtrącam. Pani Lucyna uświadamia sobie, że powinna była się ugryźć w język kilka słów temu.

- Nie, to dla mamusi - wyjąkuje.

- Pani mama, z tego co mi wiadomo, też nie powinna jadać smażonego.

- Oj, no tak, faktycznie. - Pani Lampka spuszcza wzrok. - Wie pani, tyle tych spraw, człowiek się gubi już w tym wszystkim. Może spotkajmy się za dwa tygodnie, powinnam już mieć więcej czasu...

- Nie, spotkajmy się w przyszłym tygodniu - nie ustępuję.

- To dla pani dobra, pani Lucyno. Skoro w środę i czwartek nie da rady, to może trochę wcześniej, we wtorek?

- No nie wiem, rano mam wizytę u lekarza.

- To proszę do mnie przyjść po południu. Akurat we wtorek będę później. Chętnie dowiem się przy okazji, co powiedział lekarz na te badania. - Macham skserowaną wcześniej kartką z wynikami.

Marnie to wszystko wygląda. Pani Lucyna przyparta do muru kiwa niemrawo głową, a na jej pulchne policzki wychodzą bordowe rumieńce.

- Dobrze, jak trzeba, to ja przyjdę w ten wtorek.

- To dla pani dobra - powtarzam łagodnym tonem.

- No tak, ale...

- Przecież chce pani poprawić wyniki i schudnąć, prawda?

- No tak, ale wie pani, tyle mam spraw na głowie. Wolałabym, żeby to się stało tak jakoś... samo.

PIĄTEK, 27 PAŹDZIERNIKA

Nareszcie piątek. Koniec tygodnia wypełnionego frustracją, niespełnialnymi oczekiwaniami pod moim adresem i spotkaniami z ludźmi, którzy bardzo chcą być chudsi, ale nie chcą się odchudzać.

Po kolejnym telefonie od pani Renatki, która zmartwionym głosem porównywała moje przychody z kosztami, postanowiłam, że muszę wziąć się w garść i natychmiast podjąć działania, które odwiodą mnie od coraz bardziej prawdopodobnej wizji bankructwa. Jakie działania? Tego jeszcze nie wiem, ale tym razem musi się udać. Uskutecznę jakąś promocję, spróbuję dostać się do gazet, a może nawet telewizji. Jak Kama wróci, poproszę ją, by uruchomiła wszelkie dostępne kontakty, a dziś przyznam się Mateuszowi, jak w rzeczywistości wygląda moja sytuacja, i zapytam go o radę.

Mateusz. Dla niego będę musiała jeszcze wymyślić jakąś wymówkę, dlaczego od wtorku codziennie go spławiałam. Przecież nie powiem mu, że do czwartku miałam kaca i zapasć moralną. Było źle, naprawdę źle. Przestałam nawet odkurzać podłogę w domu!

Ale teraz już wszystko będzie lepiej. Dziś nie miałam pacjentów, więc zrobiłam sobie wolne, gruntownie sprzątałam mieszkanie i zapaliłam zapachowe świece kupione na firmę. Urząd skarbowy może mi naskoczyć!

W doskonałym humorze pudruję policzki przy lustrze w łazience, w drugiej dłoni trzymając kieliszek schłodzonego rieslinga. Nie stać mnie na nowe wino (Mateusz chyba coś przyniesie, prawda?), ale wykopałam butelkę, którą kiedyś dostałam w prezencie, zabunkrowaną przez długie miesiące

w czeluści szafki. Wiem, że miałam już nie pić, ale przecież nie mogę nie uczcić pierwszego dnia reszty mojego (lepszego) życia?

Jest dziewiętnasta piętnaście, mieszkanie lśni czystością, a wszędzie unosi się zmysłowy zapach wanilii i cynamonu. Upiekłam nawet pełnoziarnisty placek ze śliwkami, bo znalazłam trzy garście zapomnianych zamrożonych węgieriek z zeszłego roku. Za niespełna trzydzieści minut przyjedzie Mateusz i zjemy miłą kolację (a on nigdy się nie dowie, że przyrządziłam ją z resztek znalezionych w spiżarni i zamrażarni). Tak, to wspaniały dzień, jestem pełna energii i nadziei na przyszłość. Nic nie może mi tego zabrać. Koniec marazmu, pora zacząć działać!

Z radosnej krzątaniny wyrywa mnie dźwięk przychodzącego SMS-a. Pewnie Mateusz pyta, co kupić na kolację. Odstawiam zaparowany kieliszek na pralkę i idę do przedpokoju po telefon. W myślach już układam listę zakupów, które mogłby przywieźć chłopak.

Chłopak. W ogóle jak to brzmi? Czy my mamy po naście lat? Dlaczego ktoś nie wymyśli jakiegoś lepszego określenia na osobę, z którą się jest w związku przed zaręczynami lub po prostu bez nich? Coś innego niż infantylny „chłopak”, sztywny i zimny „partner” czy pejoratywny „konkubent”.

Hmm, wracając do listy zakupów... jeśli dobrze to rozegram, to może oprócz sycącej kolacji będę miała prowiant nawet do niedzieli! Od razu ganię się w myśli, że przecież dziś mam się do wszystkiego przyznać (no, może poza składnikami kolacji) i zanurzam rękę w kieszeni kurtki, szukając komórki. Niestety, nim udaje mi się ją wygrzebać (okazało się, że podszywka w kieszeni pękła i telefon wpadł gdzieś głęboko), pikanie powtarza się jeszcze kilka razy, co wzbudza mój niepokój. Mateusz nigdy nie pisze takich długich wiadomości.

Gdy wreszcie odnajduję sprawcę zamieszania w fałdach podszewki, a na ekranie odczytuję nadawcę, przez chwilę czuję się, jakby wino miało się zaraz wydostać tą samą drogą, którą weszło.

PaniJudto,od wczoraj niejem miesa(i ryb),zostlam wegetariankom.Wlasne przelalam pni nowyprzelew,niech mipani ulozy szybko nwa Diete(wege),bo msze szybko schunac!!Pewnie dlatego niemoglam,bo prod.zwierz.zatruwalyOrganizm!juz Wiem ze niemozna tak kszywdzic Zwierzat,czekam na diete,tylko Blagam,sszybko!!pozdawiam,Ju-litta!

Zrezygnowana otwieram szufladę komody przy drzwiach wejściowych, ciskam telefon na wierzch sterty szalików i zatraskuję biodrem. Pracuję od poniedziałku do piątku, do cholery! I kończę o osiemnastej!

Wracam do łazienki, przyglądam się swojej zmęczonej twarzy w podświetlonym lustrze, a potem kieliszkowi czekającemu na pralce. Wygląda w tej chwili jak w połowie pusty, a nie w połowie pełny, więc idę do kuchni, by to naprawić.

Napełniony po brzegi złotawym płynem (Kama ma rację, chrzanić te eleganckie reguły!), stawiam na kremowym blacie, a skoro i tak jestem przy lodówce, bezmyślnie wpycham do ust dwa plastry podstarzałego żółtego sera i solidny kawałek kielbasy, którą (wiedziona chyba jakimś szóstym zmysłem) przysłała dla mnie mama Kamili. Hmm, chyba przyjaciółka nie opowiedziała jej o mojej spektakularnej życiowej porażce? Nie, na pewno nie, uspokojam się. Wtedy ta cudowna kobieta nie przesłałaby mi pęta domowej kielbasy, tylko zapas weków na cały miesiąc.

Za późno się reflektuję, że przecież miałam ograniczać (kilo)kalorie, bo moja sylwetka coraz bardziej odbiega od idealnej. Cóż... musztarda po obiedzie. Kolejna fala smutku wymaga kolejnej dolewki rieslinga i kolejnego plastra sera.

Gdy dwadzieścia pięć minut później, lekko już wstawiona, idę otworzyć drzwi Mateuszowi, nawiedza mnie jeszcze absurdalna myśl, że Julitta przez dwa „t” nigdy nie zrobiła błędu akurat w swoim imieniu.

PONIEDZIAŁEK, 30 PAŹDZIERNIKA

Ktoś powinien zakazać poniedziałków po tak udanych weekendach!

Rozkojarzona opieram się o (chyba jeszcze) nieskazitelnie białą ścianę w swoim gabinecie, ściskając kubek z parującą herbatą. Najchętniej zrobiłabym sobie wolne, ale mam dziś kilkoro pacjentów.

Całe dwa dni (z piątkowym wieczorem w bonusie) nie pozwalałam sobie nawet w najmniejszym stopniu na myślenie o pracy. Zamiast tego spędziłam wreszcie trochę czasu z zaniedbywanym przeze mnie chłopakiem. Nie miałam serca psuć romantycznej atmosfery (ani swojego dobrego humoru) wynurzeniami o klęsce biznesowej i problemach finansowych, więc przełożyłam rozmowę o nich na przyszłość bliżej nieokreśloną.

Dziś umówiłam się za to z Kamilą, by spytać, jakie są opcje wypromowania się za pośrednictwem ich strony i pisma, a od rana siedzę w Internecie i dodaję wszędzie, gdzie się da, informacje i pozytywne komentarze na swój temat.

Odstawiam herbatę na biurko i uchylam okno. Jest totalnie niepaździernikowy, słoneczny dzień. Małe, krągłe chmurki snują się dostojnie przez siwoniebieskie niebo. Jakiś starszy pan spacerujący pod oknami mojego gabinetu próbuje namówić tłustego jamnika, by podreptał jeszcze kilka kroków.

Tymczasem zegar w kolorze nadziei ogłasza dwunastą dwadzieścia cztery. Mam sześć minut do pierwszego pacjenta. Wystarczy, by napisać jeszcze kilka opinii!

Pani Judyta to kompetentna i miła osoba. Schudłem już siedem kilo, a to dopiero początek! Adam P.

Polecam panią Judytę z całego serca. Pomogła mi smacznie i bez dużych wyrzeczeń obniżyć cholesterol i ciśnienie. Grażyna C.

Dzięki pani Judycie schudłam dwadzieścia kilogramów po ciąży, a dieta była bardzo smaczna! Ania G.

Smaczne i łatwe do przygotowania posiłki to specjalność pani dietetyk, która pomogła mi zrzucić 10 kilogramów i zapobiec cukrzycy! Jan H.

Byłam już na dwudziestu różnych dietach, ale dopiero współpraca z panią Judytą pozwoliła mi...

Co jest? Już trzydzieści dwie po! Tylko nie to! Znowu to samo? Pełna najgorszych obaw, wertuję kalendarz w poszukiwaniu numeru i wstukuję cyfry na wyświetlaczu telefonu.

Jest sygnał, uff.

- Halo? - Zniecierpliwiony męski głos w słuchawce tłumi odgłosy ulicy albo wnętrza tramwaju. Jedzie! Całe szczęście!

- Witam, panie Franciszku, dzwonię z gabinetu dietetycznego, byliśmy umówieni na...

Klik.

- Halo? Jest pan tam?

Hmm, coś przerwało, przecież chyba by mnie tak chamsko nie rozłączył? Wybieram raz jeszcze. „Wybrany abonent jest czasowo niedostępny, proszę zadzwonić później”.

Kurwa mać! To jedyne, co przychodzi mi do głowy, chociaż na co dzień prawie nie przeklinam. Ktoś powinien mi przyznać nagrodę w konkursie na największą naiwność.

Wyłączam stronę z opiniami, nie mam już na to nastroju. Zamiast tego parzę kolejną herbatę i podchodzę do białego regału, który oprócz bycia ścianką działową, pełni także funkcję (ubogiej na razie) biblioteczki. Po chwili zawzięcie wertuję kartki w poszukiwaniu ciekawego tematu na jakieś

darmowe artykuły do prasy. Niestety, jakoś nic nie przychodzi mi do głowy.

Z naręczem książek i branżowych magazynów wracam na Fotel Prezesa. Odkładam makulaturę na stolik, zrzucaam buty i zatapiam stopy w odmętach puchatego, zielonego dywanu. Dlaczego, do cholery, nie zostałam dekoratorem wnętrz?

Rozglądam się po starannie zaprojektowanej przez siebie przestrzeni. Dobranie mebli i sprzętów do tak małego pomieszczenia, by było eleganckie i funkcjonalne (oraz oczywiście niedrogie), stanowiło nie lada wyzwanie. Ale świetnie się przy tym bawiłam. Nadal uwielbiam przeglądać strony z meblami i dodatkami, mimo że nie mam już co urządzić (ani pieniędzy, by cokolwiek kupić).

Och tak, w takiej pracy może spełniałabym się bardziej, a na pewno miałabym mniej stresów. Kupić taką a nie inną kanapę czy fotel? Żaden problem! Ale kupić chudszy brzuch albo niższy cholesterol?

Na dźwięk telefonu robię gwałtowny w tył zwrot, prawie potykając się o leżące na podłodze botki. W dwóch susach znajduję się przy biurku, ale Niestety... to tylko (!) Mateusz.

- Tak, kochanie? - pytam, nie potrafiąc ukryć zniecierpliwienia.

- Przeszkadzam?

- Nie, skąd. Mam akurat przerwę, jem obiad. - Kolejne kłamstwa. Dlaczego, do cholery, tak łatwo mi to przychodzi?

- Słuchaj, chyba zostawiłem u ciebie wizytownik. Dziś to nie dam rady, ale podjechałabym jutro rano przed pracą, co?

- Jasne, nie ma problemu.

- Mam na ósmą, ale ty i tak zawsze wcześniej wstajesz, więc chyba cię nie obudzę?

- Mhm.
- Jak tam w pracy?
- Wszystko okej. Przepraszam cię, ale muszę kończyć. Czekam na ważny telefon.
- Przecież masz przerwę?
- Ekhm, no tak, ale... wiesz, jak to jest.
- Dobrze, skarbie. Do zobaczenia jutro w takim razie. Miłej pracy.
- Wzajemnie. Do zobaczenia!

Odkładałam telefon, opadam na Fotel Prezesa i ukrywam twarz w dłoniach. Co się ze mną dzieje? Ja nie jestem taka! Nie kłamie, nie przeklinam... I nie piję.

Na myśl o alkoholu trzewia boleśnie się skręcają, a mózg wręcz błaga o znajome uczucie odprężenia i ciepła. Niepokojące. Ale to nic takiego, tłumaczę sama sobie, po prostu jestem przemęczona i zestresowana. Wszystko byłoby inaczej, gdyby nie ten stres. I wszystko się zmieni, jak tylko moja sytuacja zawodowa się ustabilizuje. Skorzysta też na tym moja sylwetka. Chwytam z obrzydzeniem za fałdkę tłuszczu pod obszernym kaszmirowym swetrem Kamy w kolorze dojrzałego wina. Czerwień to zdecydowanie nie mój kolor, ale niewiele mi zostało własnych ciuchów, które ukrywają rodzącą się nadwagę.

Dobrze, że chociaż nie tyją mi stopy, myślę, na powrót wkładając buty. Artykuł artykułem, ale przypomniało mi się, że muszę jeszcze ułożyć dziś dietę dla Julitty.

Tak właśnie muszę postępować z pacjentami. Być wyrozumiała, ale asertywna. Nie będę czekać w napięciu na telefon, pracować po nocach i w wolne dni, bo komuś się przypomniało, że strasznie mu się spieszy.

Zachwycona swoją stanowczością, siadam do komputera z kolejnym kubkiem herbaty. Mijają ponad trzy godziny, nim udaje mi się ułożyć urozmaiconą wegetariańską dietę,

uwzględniającą szczegółowe wymagania pacjentki. Dieta pyszni się wzorcową ilością białka i składników dobrych dla włosów, skóry i paznokci. Mam jeszcze pół godziny do kolejnego spotkania, więc wszystko dopieszczam, czytam i sprawdzam. Jestem dumna ze swojego dzieła i pełna spokoju, że nawet Julitta nie będzie w stanie się do niczego przyczepić.

Z namaszczeniem otwieram okienko nowej wiadomości, załączam plik i... gdzieś pika mój telefon. Gdzie ja go zostawiłam? Ach, pewnie leży przy czajniku.

Pani judyto, nie wysłałam pni w piątek diety. Ale, proszę już nieukładać! Koleżnka polecila mi katering(wegański), zamówiłam już. Na 2tyg. zaczynam od Jutra! Niech mi Pani zwroci pienidze na Konto. Pozdrawiam!! Julitta.

* * *

Jest siedemnasta pięć i nadal nie doszłam do siebie. Napisałam Julicie, że dietę już ułożyłam i właśnie miałam ją wysłać, ale oświadczyła, że już jej nie potrzebuje i że od razu powinna kupić ten catering, bo przynajmniej ktoś jej ugotuje i przywiezie.

Przełykając łzy, odesłałam jej dwieście złotych, które już w myślach przeznaczyłam na opłacenie jednej piątej czynszu.

Jadłospis, owoc mojej blisko czterogodzinnej pracy, wrzuciłam do komputerowego kosza. Przez jedną absurdalną chwilę żałowałam, że nie mam go wydrukowanego, bo mogłabym go podrzeć i wyrzucić do śmietnika – byłoby bardziej spektakularnie. Szkoda jednak na to tuszu i papieru.

Państwo, którzy mieli przyjść na siedemnastą, zadzwonili i powiedzieli, że chwilę się spóźnią. Siedzę więc z głową opartą na biurku w prawie kompletnej ciszy, nie licząc miarowego tykania zielonego zegara.

Pacjenci pojawiają się dopiero dwadzieścia po. Idąc do drzwi, przyłapuję się na myśli, że nie obraziłabym się, gdyby całkiem zrezygnowali. Chcę po prostu jak najszybciej stąd wyjść, a już wiem, że będę musiała zostać w pracy przynajmniej dwadzieścia minut dłużej.

Dwoje ludzi, którzy właśnie przekroczyli próg gabinetu, to małżeństwo z wieloletnim stażem. Mężczyzna jest raczej niski i krępy, chociaż grubym bym go nie nazwała. Jego resztki blond włosów mieszają się z siwymi, tworząc osobliwą mozaikę nad wysokim, zmarszczonym czołem. Większość ust zasłania mu okazały wąs. Dałabym mu coś ponad sześćdziesiątkę.

Na włosach kobiety, chociaż jest najwyżej kilka lat młodsza od męża, nie ma śladu siwizny. Może dlatego, że są szczelnie pokryte marchewkową farbą. Jest jeszcze niższa i o dobre dwadzieścia kilogramów cięższa od swojego małżonka. Ma na sobie wzorzystą tunikę w pięciu odcieniach zieleni oraz obcisłe i błyszczące czarne spodnio-legginsy. Całości dopełniają długie czarne paznokcie (prawdopodobnie sztuczne) oraz okrągłe złote kolczyki wielkości pomarańczy.

- Muszę schudnąć - oświadcza ruda kobieta.

To stwierdzenie, którego nie umiem skomentować. Zaprzeczyć nie mogę - musiałabym przez resztę spotkania symulować poważną wadę wzroku. Ale jeśli skwapliwie przytaknę, ktoś może się przecież obrazić.

- Zaraz o tym porozmawiamy. - Uśmiecham się i podaję jej rękę. - Jestem Judyta Jodełka.

- Celina Czubek. A to Czesław, mój mąż. - Jest coś takiego w jej tonie głosu, że już wiem, kto rządzi w ich domu.

Kobieta ma mocny uścisk dłoni. I problemy z nadmierną potliwością. Z trudem powstrzymuję się, by nie wytrzeć ręki o spodnie. Udaję, że muszę się podtrzymać podłokietnika przy siadaniu.

- Jak tu... domowo. - Pan Czesław rozgląda się po gabinecie. - Spodziewałem się profesjonalnej kliniki.

- Czesław! Zachowuj się.

- Ale w sumie jest całkiem przytulnie. - Mężczyzna opuszcza głowę, nieco spłoszony. - Trochę jak u psychiatry. Nawet kozetka jest.

- Jesteśmy tu z polecenia mojej przyjaciółki. - Pani Celina posyła mu karcące spojrzenie. - Nie zrób wstydu.

Moje pierwsze wrażenie na widok tej pary z pewnością było trafne, ale coś budzi moją czujność. Z polecenia przyjaciółki? Celina? Czy to przypadkiem nie jest sąsiadka pani Jadwigi?!

- Proszę mi opowiedzieć o sobie. Jak się państwo odżywiają, czego już państwo próbowali? - zaczynam, wyrównując plik kartek na podkładce do pisania. - Bo rozumiem, że pan też chciałby schudnąć?

- Co? Ja? Nie, skąd, to żona...

- Czesław! - Pani Czubek rzuca mu ostrzegawcze spojrzenie. Jej kolczyki pobrzękują niczym kajdanki.

- Ale Celinka... przecież mówiłaś...

- Pani go nie słucha. - Kobieta odwraca się do mnie z poślizgiwym uśmiechem. - Ma taki cholesterol i ciśnienie, że lekarz ciągle straszy go zawałem. W dodatku cukier wysoki! A i parę kilo jakby schudł, to nic by się nie stało, prawda? - Pani Celina krytycznie przygląda się okolicom brzuszonym męża, a ja znowu nie wiem, jak zareagować.

- Ale powiedziałaś mi w domu, że... - Mężczyzna milknie, widząc minę małżonki.

- Droga pani... - pani Celina splata ręce na kolanach, nie zaszczycając męża nawet spojrzeniem - potrzebujemy jakiejś diety, bo już sobie nie radzimy.

- Próbowwała już pani... próbowaliście już państwo czegoś?

- Och tak, przerobiłam już wszystkie diety świata. Czesławowi też czasem gotowałam zdrowo. Nic nie pomogło!

- Dobrze, proszę mi po kolei opowiedzieć, co państwo jedzą, kiedy nie ma akurat żadnej diety.

Pani Celina splata palce na pulchnych kolanach.

- Tak naprawdę to... jeśli idzie o mnie, to zawsze jest jakaś dieta. Teraz to może żadna konkretna, ale z każdej coś wyciągnęłam i zostawiłam dla siebie.

- Co takiego?

- No różne zdrowe zasady. Z Montignaca niełączenie białek z węglowodanami, z Dukana serki wiejskie zamiast posiłków, poza tym różnie: unikam owoców do południa, nie jem kolacji po osiemnastej, piję cztery litry wody z cytryną, ograniczam gluten, rozumie pani, żeby nie zatruwać swoich jelit.

W głowie mi się kręci od tak okazałego zbioru mitów żywieniowych. A pewnie byłoby tego więcej, gdyby pani Celina nie musiała zaczerpnąć oddechu. Oto doktor Google w najczystszej postaci.

- Pani Celino, wiele z tego, co pani powiedziała, to zasady, które nie mają żadnego umocowania naukowego.

- Ale jak to, przecież tyle się o tym mówi! Nawet ostatnio rano w telewizji było. Prawda Czesław?

Czesław mamrocze pod nosem coś niezrozumiałego i kombinuje, jakby tu się zająć telefonem, tak by żona nie zauważyła.

- To, że w telewizji, nie zawsze oznacza, że... - zaczynam.

- Powinna pani wiedzieć, że ja się jednak trochę na tym znam! - Kobieta jest chyba obrażona.

O tak, słyszałam.

- Niestety, w sieci, telewizji i prasie pojawia się wiele niesprawdzonych informacji. Chodzi o to, by przyciągnąć od-

biorcę czymś nowym, rewolucyjnym – wyjaśniam. – A była pani kiedyś u dietetyka?

– Nie. No, ale rozumie pani, to sporo kosztuje, a przecież tyle informacji można znaleźć w książkach i gazetach, no i w Internecie całkiem za darmo!

Wiem. I czasem nawet uważam, że powinni tego zabronić.

– Niestety ludzie, którzy piszą książki i artykuły do gazet, nie zawsze mają do tego odpowiednie kompetencje – mądrzę się. – A Internet to już w ogóle samowolka.

Pani Celina otwiera oczy i usta coraz szerzej. Widać wyrażenie, że należy do pokolenia ludzi, którzy nadal ufają telewizji i wierzą, że słowo drukowane ma w tych czasach jeszcze jakąś wartość. Tymczasem papier, podobnie jak sieć i kamera, przyjmie wszystko bez wyjątku.

– Postaram się odpowiedzieć na wszystkie państwa pytania i ułożyć zbilansowaną dietę, która pomoże osiągnąć cel – kończę.

– Och, koniecznie! – Pani Celina z radości podskakuje na sofie. Tymczasem jej mąż osiągnął sukces w dziedzinie kamuflażu i wnikliwie wpatruje się w wyświetlacz telefonu, nakrywszy go złożoną na kolanach marynarką.

– Tylko ja od razu się przyznam. – Kobieta ścisza głos konfidencyjnie. – Ja mam taki problem... strasznie słabą silną wolę.

Słyszając ten niecodzienny związek frazeologiczny, z trudem powstrzymuję się, by nie parsknąć śmiechem. Zamiast tego uśmiecham się ciepło do pacjentki.

– Początki nigdy nie są łatwe, ale poradzi sobie pani. Nikt nie jest idealny, a nawet jak kilka razy się pani złamie, to z czasem będzie coraz łatwiej. Ważne, by się nie poddawać!

Wizyta (pomijając postawę pana Czesława) przebiega całkiem sprawnie, niepotrzebnie obawiałam się jakichś komplikacji. W ciągu godziny udaje mi się dokonać pomiarów,

wstępnie omówić wyniki i zebrać wywiad żywieniowy, z którego wynika, że pan Czesław solidnie sobie zapracował na swój cukier i cholesterol.

- A pani ma jakieś sposoby, no ten, żeby jakoś to szybko poprawić? - pyta pani Celina. - Tę silną wolę? Tak od zaraz? Bo ja nie chcę już żadnych wpadek. Mam sześćdziesiąt lat i dość już się namęczyłam z tymi dietami. Za pół roku obchodzimy z Czesławem perłowe gody, zapraszamy całą rodzinę, znajomych i chcę, żeby padli z zachwyty, gdy zobaczą mnie odchudzoną!

Oho, chyba za wcześnie się ucieszyłam, znowu przechodzimy do sztuczek magicznych.

- Niestety, tu nie wystarczy pstryknąć palcem - tłumaczę.
- Przed panią trochę pracy nad sobą, ale zapewniam, że warto. Jeśli wszystko pójdzie, jak trzeba, w pół roku jest w stanie pani zgubić nawet dwadzieścia, dwadzieścia cztery kilogramy.

- Dwadzieścia?! - Kobieta potrząsa głową. Kolczyki kajdanki kołyszą się, klepiąc w pucołowate policzki. - Ja muszę schudnąć przynajmniej trzydzieści pięć!

- Być może - stawiam opór. - Ale w ciągu pół roku dwadzieścia cztery kilogramy to górna granica tego, ile można zdrowo i bezpiecznie schudnąć.

- Myślałam, że jak u dietetyka, to zawsze jest zdrowo!

- Tak. I właśnie dlatego nie mogę ułożyć diety, na której schudnie pani zbyt szybko.

- Ale ta impreza! - Głos kobiety staje się płaczliwy. Kątem oka widzę, jak pan Czesław stara się ukryć złośliwy chichot.
- Zdrowiem zajmiemy się potem, a teraz proszę mi pomóc szybko zrzucić ten balast!

- Zrobię, co w mojej mocy, by pani pomóc, ale nie mogę ryzykować powikłaniami zdrowotnymi albo na przykład tym,

że zaczną pani wypadać włosy lub pogorszą się cera i paznokcie.

- Co takiego? - Kobieta zamiera. Chyba trafiłam w czuły punkt. - Włosy?!

- Tak, mogą wypadać, jeśli dieta jest zbyt rygorystyczna.

- To znaczy, że ja przez całe życie stosuję rygorystyczną dietę, bo na czubku głowy już całkiem gładko - pozwala sobie na żart pan Czesław.

- Czesław! To nie pora na podśmiejchujki! - upomina go małżonka. - Tu się ważą poważne sprawy!

- Proszę mi zaufać, pani Celino - ciągnę - jeśli schudnie pani ponad dwadzieścia kilogramów, to będzie to zmiana na tyle zauważalna i spektakularna, że goście i tak zaniemówią z wrażenia.

- Myśli pani?

- Jestem pewna. Tylko oczywiście musi pani poćwiczyć swoją silną wolę.

- Tak zrobię. Kiedy możemy zacząć? Ja chcę od razu. Da mi pani dziś dietę?

- Najpierw muszę ją ułożyć. Przygotowuję diety indywidualnie dla każdego, po spotkaniu.

Na twarzy kobiety maluje się rozczarowanie.

- A jakieś wskazówki? Zalecenia? - Patrzy na mnie wzrokiem spaniela. - Ja muszę iść za ciosem, bo jak nie zacznę od razu, to nie zacznę wcale!

- Dam pani zbiór ogólnych informacji. Takie podstawowe wytyczne mam gotowe - uspokajam ją. - A jutro dostaną państwo indywidualnie dopasowaną dietę.

- Słyszałeś, Czesław? - Mężczyzna momentalnie odrywa wzrok od fałdów brązowej marynarki i wbija go posłusznie w żonę. - Jutro! Nie mogę się już doczekać!

- Tak. Hmm, tak.

- Dla pana Czesława też będzie dieta - mówię z naciskiem.
- Taka, która pomoże mu obniżyć cukier i cholesterol. Niestety to, co jada obecnie, nie służy układowi krążenia.

- Zawsze to mówiłam! - Pani Celina przybiera karcący ton.
- Pora wreszcie zrobić z tym porządek.

- Celinko, ale ja jestem całkowicie zdrowy. - Mężczyzna rozkłada ręce w geście bezradności. - Pokaż mi teraz, kto nie ma wysokiego cholesterolu!

- Jak mi zawału dostaniesz i zostawisz, to sama cię z grobu przywrócę, żeby ukatrupić własnoręcznie!

Wobec takiego argumentu nie do odparcia mąż pani Celiny musi skapitulować. Posłusznie spuszcza wzrok i powraca do właściwego sobie zajęcia, czyli milczenia.

- To jeszcze na koniec ostatnie pytanie - zmieniam temat.
- Czy są jakieś produkty, których państwo nie lubią?

Pani Celina kręci przecząco głową i szturcha męża na powrót zajętego telefonem.

- Aaa, tak - burczy pan Czesław. - Warzywa.

- Jakie?

- No, wszystkie.

Kątem oka widzę, jak pani Czubek rozkłada ręce i wznosi oczy do nieba.

- Jak to?

- No normalnie. Mają strasznie nudny smak i są twarde.

- Pomidory na przykład są twarde?

- A nie, ale one są kwaśne. Niedobre. Kiedyś, jak coś było kwaśne, ostre albo gorzkie, to znaczyło, że zepsute albo trujące i nie powinno się tego jeść. A teraz każą jeść kilogramami! Spisek jak nic.

- Czesław!

- No co? Tak to jest. Jeszcze wspomnisz moje słowa, Celinko.

- A ogórek? - próbuję pertraktować. - Ogórek nie jest kwaśny ani gorzki. Twardy też nie.

- Nudny, mdły, bez smaku. Tak jak papryka, buraki i sałata.

- Pacjent się krzywi. - Jeszcze z czymś, to czasem żona wmusi we mnie jakieś warzywa, ale tak same? Nudne i nieprzyjemne w smaku. Okropność. Nie wiem, jak można się tym żywić!

Ton jego głosu sprawia, że czuję się urażona w imieniu wszystkich warzyw. I swoim, jako że na obiad zjadłam dziś sałatkę.

- Panie Czesławie, do wszystkiego można się przyzwycząić. Smaki też się zmieniają. Na przykład ja kiedyś nie przepadałam za szpinakiem i cebulą, a dziś ze smakiem zjadłam całą miszkę sałatki z tymi składnikami.

- No i właśnie o tym mówię - zżyma się pan Czubek. - Spisek. Na tym zarabiają producenci, którzy wmawiają ludziom, że to, co obrzydliwe, jest zdrowe! I po co pani to sobie robi?!

- Dobrze - kapituluję. Coś czuję, że jutrzejsze układanie diety nie będzie należało do najprzyjemniejszych zajęć. - Do tego jeszcze wrócimy. A oprócz warzyw, coś jeszcze przychodzi panu do głowy?

- Owoców też raczej nie jadam, są za słodkie.

Dziwne, że czekolada, ciasta i cukier w herbacie nie są dla niego za słodkie.

- Poza tym kwaśne też - szybko dodaje mężczyzna, jakby czytając w moich myślach. - Szczypią w język. Co jeszcze... Żadnej fasoli ani nic podobnego nie tknę. Ciemny chleb mi nie smakuje, bo suchy i kwaśny. Ryby nie lubię bardzo, ewentualnie śledzia w śmietanie albo smażonego karpia na święta, to zjem. Drób średnio, bo suchy. Żadnych owsianek, mamałyg, kaszek ani innych dzieciennych dań nie przełknę.

- A kasze grube? - wtrącam. - Takie obiadowe. Na przykład gryczana.

- O nie. To też nie lubię. Ryżu zresztą też nie lubię, bo jest mdły i bez smaku. Chyba że w pomidorówce.

- O, pomidorówka! To jednak warzywa jakieś pan je.

- Nie, my taką z proszku robimy. - Pacjent ścina mój przedwczesny optymizm o głowę. - Lepsza jest, bo mniej kwaśna. I mniej roboty.

- A je pan orzechy? Migdały? Pestki słonecznika? - Skanuję w myślach, jakie jeszcze inne źródła błonnika i składników mineralnych mogłabym mu zaproponować. Nie zostało tego wiele.

- Kiedyś, jak jeszcze działkę mieliśmy, to takie włoskie prosto z drzewa to jadłem. Ale teraz nie. Te ze sklepu suche są. I twarde.

Dziwne, że nie kwaśne.

- Coś jeszcze? - pytam słabo.

- Nie. Reszta raczej w porządku. Tak z normalnych rzeczy, to ja wybredny nie jestem!

* * *

- To jest nie do uwierzenia, co wyprawiają ci ludzie.

Siedzę na podłodze, opierając się o sofę, z kieliszkiem schłodzonego różowego Carlo Rossi. Stykam się głową z Kamą, która leży z nogami w górze i leniwie żuje końcówkę piętnastocentymetrowej żelki.

Jest pięć minut po północy i pijemy na smutno. Wiem, że miałam na jakiś czas ograniczyć alkohol, ale nie zdążyłam uprzedzić Kamili, i skoro już przyniosła...

Ale to ostatni raz! Zresztą, przecież mogę przestać w każdej chwili. Śmieję się w myślach na wspomnienie głupiej wymówki, dobrze znanej wszystkim terapeutom, psychologom, lekarzom i dietetykom. Brzmi idiotycznie, ale ze mną

naprawdę jest inaczej. Mam wszystko pod kontrolą, tylko świadomie na chwilę sobie odpuściłam.

Mętным wzrokiem omiatam pomieszczenie. Na podłodze walają się okruchy i zagubione w akcji chipsy. Część z nich na dobre zadomowiła się w przytulnym włochatym dywaniku. Jak ja je stamtąd wydobęde?! Mój odkurzacz nie da sobie z tym rady. A co jest na sofie, pod Kama? Nie, tego to nawet nie chcę wiedzieć. A przynajmniej nie dziś.

- Ludzie-srudzie - bełkocze Kama, która piła szybciej niż ja i w dodatku przyszła bez kolacji, bo stwierdziła, że się odchudza. - W dupie ich miej. Idę d-do domu.

- Daj spokój! Prześpisz się tutaj. Obejrzymy coś w telewizji. - Dźwigam się z podłogi, by sięgnąć po pilota. Nie chcę zostać sama. Żadna ilość alkoholu ani słodczy nie zagłuszy odgłosów beznadziei galopującej w środku mojej głowy. - Czemu ona musi tak tupać?

- Co? - Kama patrzy na mnie jak na wariatkę. Rozumiem ją.

- Nic, nic. - Z wysiłkiem włączam telewizor, starając się nie upuścić pilota. - Miałam na myśli, że... nie wiem, co miałam.

- Głupia j-jesteś - kwituje moja przyjaciółka i sięga po talerz z ciastkami, jednocześnie zrzucając kilka na podłogę. Odwracam się, by na to nie patrzeć, ale w kuchni nie jest wcale lepiej. Wszędzie walają się puste opakowania po niezdrowym żarciu, a na blacie stoją jedna albo dwie (!) butelki po winie. Czy to możliwe, że dwoi mi się w oczach? Nie, gdyby mi się dwoiło, to pewnie stałyby tam trzy. Nie. Co ja mówię? Cztery!

Jakaś część mnie chciałaby wstać i natychmiast to wszystko posprzątać, ale rezygnuję, bo reszta mnie jest w takim stanie, że mogłoby to poskutkować jeszcze większym bałaganem. Nadludzkim wysiłkiem przerzucam kanały, ale w te-

lewizji jak zwykle nic nie ma. Przez chwilę oglądamy końcówkę „Pretty Woman”, którą obie widziałyśmy już z dziecięć razy. Bohaterka marzy, żeby jakiś książę przyjechał po nią na białym koniu, ale ostatecznie zadowala się białym, droгим samochodem.

Dziesięć minut wytrzymujemy przy filmie dokumentalnym o odkryciu Ameryki przez Krzysztofa Kolumba. Potem zawieszamy wzrok na polskim serialu, gdzie nawet bohaterowie z problemami finansowymi mieszkają w pięknych dwustumetrowych apartamentach, mają te droższe meble z Ikei i ciuchy ze sklepów, o jakich nawet nie słyszałam.

Wreszcie natrafiamy na tandetny horror o hordzie głodnych, nieco wybrakowanych cieleśnie zombie, które gonią grupkę (jeszcze żywych) bohaterów przez wymarłe miasto.

- Zostaw, to fajne! - bełkocze Kama, tuląc tłuste dłonie do jednej z moich ozdobnych poduszek.

Kamera robi zbliżenie na przerażoną blondynkę, która biegnie coraz wolniej mimo naglących nawoływań przystojnego, przypakowanego bruneta w podkoszulce bez rękawów. Pewnie zaraz ją zeżrą.

Zupełnie jak w moim życiu. Dziewczyna jest nawet trochę do mnie podobna. Dolewam sobie wina i biorę duży łyk.

Zgodnie z przewidywaniami zombie doganiają blondynkę i jeden z nich gryzie ją w rękę, tragicznie ucinając historię miłosną pomiędzy tą dwójką. Przypakowany brunet obcina mu głowę toporkiem i odciąga dziewczynę w bezpieczne miejsce, ale to na nic, bo dla wszystkich i tak jest jasne, że ona też za chwilę stanie się zombie. Kolejne skojarzenie pociąga za sobą kolejny łyk wina.

- T-ty, wiesz c-co? - Zachrypnięty głos dochodzi spod sterty poduszek. - Tak sobie m-myślę, wiesz... że t-tego Kolumba wszyscy uważają za t-takiego, no, bohatera i w-wiesz, zaje-bistego marynarza, filmy o nim robią, książki p-piszą...

- Co? - Muszę się zastanowić dłuższą chwilę, zanim dociera do mnie, że mózg przyjaciółki utknął najwyraźniej dwa kanały wcześniej.

- Ale wiesz... - mówi. - Tak naprawdę to dupa, nie marynarz! Przecież wiesz, no skoro on chciał dopłynąć do tych Indii, a tak płynął, że wylądował, kurwa, w Ameryce, to, to przecież musiał być skończonym idiotą!

Kama, żeby uczcić swoje głębokie przemyślenia, ponownie zanurza rękę w misce ciastek. Kilka z nich wysypuje się na podłogę i sofę. Przy okazji okazuje się, że kocyk, którym przezornie przykryłam kanapę przed nadejściem przyjaciółki, spoczywa teraz - jak gdyby nigdy nic - na jej brzuchu.

Stłumiony chrzęst informuje, że jedno z ciastek zostało już zgniecione i wtarte w obicie. Moja podświadomość cicho jęczy, ale ciało nie ma siły zareagować. Ma za to siłę dolać sobie jeszcze trochę wina.

Tymczasem blondynka, ku rozpaczy bruneta, przemienia się w wyjątkowo paskudne zombie i dołącza do stada, które goni coraz mniejszą grupkę ocalałych. Ze złością wyszarpuje pilota spośród resztek jedzenia i przełączam kanał.

Kamie chyba się podobało i początkowo próbuje protestować, co kończy się plamą czerwonego wina na jej niebieskich džinsach i moim białym kocu. Ukrywam twarz w dłoniach i patrzę przez palce na rozmazany obraz.

Na ekranie przewija się teraz kolejna komedia romantyczna i kolejna bohaterka, która pełna nadziei na happy end, oczekuje ukochanego, siedząc na parapecie. Ukochany pojawia się z bukietem róż, wywołując potok łez wzruszenia u głównej bohaterki... i u Kamili, która najwyraźniej pogodziła się już ze zmianą kanału.

- No i, kurwa, powiedz mi, co jest ze mną, wiesz, nie tak? - mówi z wyrzutem, sięgając po serwetkę. Kilka okruszków, które dawniej były ciastkiem, migruje z sofy na podłogę.

gę. – Dlaczego p-po mnie nie przyjedzie, wiesz, księżę na jakimś pieprzonym białym koniu?!

Prostuję się, spoglądam na przyjaciółkę zmęczonym wzrokiem i wpycham do ust kolejny pocieszający rząddek nadziewanej czekolady.

– Kama, do ciebie to lepiej, żeby przyjechał na czarnym. Przecież białego to ty byś natychmiast zaplamiła!

*NAJLEPSZY SPOSÓB NA TO, BY
ALKOHOL SIĘ NIE WCHŁONAŁ I NIE
TUCZYŁ, TO PO PROSTU GO NIE PIĆ.*

WTOREK, 31 PAŹDZIERNIKA

- Co tu się stało?! - Twarz Mateusza jest nienaturalnie biała, a wzrok rozbiegany.

Może jest chory? Albo to ja jestem chora. Mam coś ze wzrokiem, ewidentnie. Kolory i kształty są rozmyte, a podłoga zdaje się poruszać przy każdym moim ruchu. A to chyba niemożliwe, prawda?

Próbuję uporządkować myśli. Kilka (a może kilkanaście?) minut temu zbudził mnie jakiś świdrujący dźwięk z piekła rodem. To było dziwne, bo elektroniczny wyświetlacz zegarka w kuchni pokazywał dopiero szóstą piętnaście.

Kolejne zdziwienie - siedzę na dywanie, oparta o sofę, a w dodatku z jedną ręką zanurzoną w misce popcornu. Chyba tak spałam, bo głowa zwieszona w nienaturalnej pozycji zdążyła już spowodować niemożliwy ból karku. Ktoś (a może ja sama?) okrył mnie niezdarnie zaplamionym kocem. Kieliszek do wina, w pozycji horyzontalnej, spoczywa pół metra dalej, w niewielkiej, ale mocno pachnącej kałuży. Stolik i dywan ledwo widać spod sterty śmieci i naczyń, a na sofie za moimi plecami jakieś zwłoki dyszą ciężko pod włochatymi poduszkami. Ostra woń alkoholu rozlanego tu i ówdzie miesza się z zapachem tego już strawionego. Zbiera mi się na wymioty.

Moje rozpaczliwe próby zorientowania się w sytuacji musiały potrwać dłuższą chwilę, bo dziwny dźwięk umilkł, a chwilę później rozległo się jakieś skrobanie i wreszcie ciche kliknięcie zamka oraz szcęk klamki. Włamanie! Jezu!

Zerwałam się, rozpaczliwie próbując stanąć na nogi, ale moja głowa zderzyła się z czymś twardym i bezwładnie opadłam na podłogę. Coś twardego okazało się kolanem Kamili.

Wywnioskowałam tak po stłumionym rżeniu wydobywającym się spod poduszek i cichej, acz stanowczej komendzie „spierdalaj!”.

Tymczasem włamywacz położył jakiś pakunek na blacie kuchennym (dziwne, zwykle złodzieje wynoszą coś, a nie przynoszą. Matko jedyna, to chyba nie bomba?!), ostrożnie podszedł do mnie, jednocześnie lustrując wzrokiem pomieszczenie. Dziwne. Myślałam, że przestępcy zawsze noszą kominiarki. To chyba sen, bo dałabym sobie rękę uciąć, że mężczyzna ma twarz Mateusza.

Mateusz. Mateusz! Jasny gwint, cholera, kurwa mać! Przecież dałam mu zapasowy klucz! Zupełnie zapomniałam, że miał rano przyjść po ten, no... po coś tam, co zostawił!

- Judyta, słyszysz mnie? - Włamywacz Mateusz lekko mną potrząsa. - Co się stało?!

Mój mózg znów pracuje w czasie teraźniejszym.

- A co się miało stać? - Stłamszony, nieludzki głos należy chyba do mnie.

- Ty się jeszcze pytasz? Byliśmy umówieni. Przychodzę, a ty w takim stanie... i to pobojowisko... To do ciebie niepodobne!

- Juuuśka. Ścisz to! J-ja, kurwa, śpię... - Słyszę jeszcze bardziej stłamszony głos Kamili. Zaczynam niekontrolowanie chichotać.

- Ciebie to bawi? - Na twarzy Mateusza pojawia się surowy wyraz. - Przecież to jakiś kanał!

- Mhm - zgadzam się posłusznie, nie przestając jednak trząść się ze śmiechu.

Zabawne, chyba słyszę zgrzytanie kości czaszki.

- Nigdy nie widziałem, żebyś się tak zachowywała. Tak się upić?! I to jeszcze w tygodniu? W poniedziałek?

- No nie? - Dźwigam się na rękach, próbując wstać, ale z marnym skutkiem.

- I ten bałagan! Przecież ty kochasz porządek! Każesz mi kłaść laptopa równolegle do krawędzi biurka, bo wkurza cię, jak jest krzywo!

- Ano. - W myślach moja odpowiedź była bardziej rozbudowana, ale okazuje się, że jest jakiś korek na trasie mózg-język.

Złość na twarzy Mateusza ustępuje teraz miejsca zaniepokojeniu.

- Zawsze byłaś taka poukładana. Dziwnie się ostatnio zachowujesz, a teraz jeszcze to... Martwię się o ciebie.

- Mhm.

- Wstań, weź zrób coś, ogarnij się!

- Po co?

- No jak to, po co? Przecież musisz iść do pracy!

- Pracy-sracy. - To chyba moment kulminacyjny w historii moich dzisiejszych inteligentnych wypowiedzi. Jakaś część mnie dalej ma nadzieję, że to tylko zły sen.

Do wirującej podłogi dołącza sufit i to już trochę za dużo jak dla mnie. Przymykam oczy i przytrzymuję głowę tak, jakby miała zamiar spaść z cokołu szyi i dołączyć zaraz do resztek jedzenia na podłodze. Mimowolnie nasuwa mi się skojarzenie z wczorajszymi zombie. Tymczasem żywy trup na sofie mruczy coś gniewnie za moimi plecami.

- Widzę, że się nie dogadamy. - Mateusz wstaje z klęczek i otrzepuje kolana.

To jak obelga wobec mnie jako gospodyni i już mam dać temu wyraz, gdy przypominam sobie, że nawet w statystycznym chlewie jest czystiej niż dzisiaj w moim mieszkaniu.

- Idę do pracy. Zadzwoń, jak będziesz w stanie rozmawiać. Szkoda, bo przyniosłem śniadanie, myślałem, że zjemy razem i...

- Śniadanie? - Zwłoki na kanapie poruszają się gwałtownie, a poduszki spadają na mnie z hukiem, niczym pędząca lawina. Świat już nie tylko wiruje, ale też dzwoni i skrzypi. Mój cichy jęk zostaje jednak zagłuszony przez bełkot Kamy.

- Do-dobrze. O kurwa, aaale j-jestem głodna!

W odpowiedzi słychać tylko trzaśnięcie drzwiami wejściowymi.

Mój mózg powoli przetwarza informacje, ale wreszcie domyślam się, że tajemniczy pakunek na blacie zawiera nie bombę, lecz jedzenie. Z papierowej torebki wydobywa się aromat pasztecików ze szpinakiem i grzybami. Niestety, powoduje on jedynie - zamiast przyjemnej ekscytacji perspektywą śniadania lepszego niż pół jogurtu i sucharek - bolesny skręt kiszek i atak wściekłych mdłości. Sama myśl o jedzeniu jest jak tortura, ale za szklanek zimnej wody oddałabym królestwo, księcia i konia w dowolnym kolorze.

Gdy znowu odzyskuję przytomność, elektroniczny wyświetlacz zegara pokazuje siódmą pięćdziesiąt trzy. Jakiś dźwięk ponownie boleśnie wwierca mi się w mózg. Mateusz? Nie. To jakiś inny dźwięk. Muzyczka z jakiegoś filmu. Telefon! Chyba telefon. I to w dodatku mój. Ale kto dzwoniłby o tej porze?

Metodą eliminacji odrzucam moich znajomych, matkę i Mateusza. Chyba powiedział jasno, że to ja mam zadzwonić, jak się ogarnę. A jeszcze się przecież nie ogarnęłam.

Uporczywy, piskliwy dźwięk doprowadza mnie do szału, więc w końcu wstaję i wyruszam w ciężką i niepewną podróż na drugi koniec mieszkania w akompaniamencie melodyjki z „Mission Impossible” (co za ironia losu!) i gniewnych jęków Kamili.

Zanim docieram do swojej torebki wiszącej w przedpokoju, telefon dwukrotnie przestaje dzwonić, a potem zaczyna na nowo. Jak przez mgłę dostrzegam na wyświetlaczu jakieś

cyferki, czyli to nikt wpisany na stałe jako kontakt. Jest już chyba siódma pięćdziesiąt osiem. Aż tyle zajęło mi przejście kilku metrów?!

- Pani Judyta?! - Głos w słuchawce brzmi w moim zmęczonym mózgu jak coś pomiędzy skrzekiem ropuchy a piszczeniem kobzy. - Dlaczego pani nie odbiera? Celina Czubek z tej strony! Ja wczoraj u pani byłam, z mężem. Pewnie jeszcze nie dokończyła pani mojej diety, ale chcę zacząć jak najszybciej, a właśnie jestem akurat w supermarkiecie i pomyślałam, że może powie mi pani, co ja do tej diety właściwie mam kupić?

* * *

Ja już nie piję. Nigdy. Za nic w świecie!

Jest trzynasta i siedzę w biurze, wzięta w garść tylko umiarkowanie. Kama, ta wstrętna, rozpijająca ludzi raszpla, nadal dogorywa na mojej kanapie, załatwiwszy telefonicznie zwolnienie od znajomej lekarki. Mogła tak postąpić, bo pracuje na umowie. Mnie, dumnej właścicielce firmy, nie ma kto zastąpić w pracy, a w dodatku za dni na L4 nikt mi nie zapłaci (nie mówiąc już o dniach zakacowanych). Mam dziś parę spotkań i chociaż kokosów nie zarobię, nie stać mnie na wzięcie choćby dnia wolnego. Poza tym ciąży mi poczucie odpowiedzialności za pacjentów, którzy się umówili i potrzebują spotkania ze mną.

Nie bardzo pamiętam, jak szykowałam się do pracy ani jak do niej dotarłam. Wiem tylko, że efektem pośpiechu i braku koordynacji ruchowo-myślowej jest bluzka niepasująca do spódnicy, brak kalendarza i portfela w torebce oraz okazałe oczko w rajstopach, którego na szczęście nie widać, kiedy siedzę. Szyja i kark, boleśnie sztywne po nocy spędzonej na podłodze, dają się we znaki z każdym najdrobniejszym ru-

chem. Jak tak teraz o tym myślę, to boli mnie nawet utrzymywanie głowy w pozycji pionowej.

Nie udało mi się zmusić do śniadania ani żadnego innego posiłku potem. Od rana siedzę tylko o wodzie, gorzkiej herbacie i miętowej gumie do żucia. Mdłości powracają falami, głowę ściska niewidzialna obręcz, a wciąż jeszcze nie odzyskałam równowagi.

Próbowałam leżeć na sofie, ale gdy dwa razy prawie zwymiotowałam, uznałam, że bezpieczniejsza będzie pozycja siedząca. Generalnie mogłabym tu przyjść trzy godziny później i dochodzić do siebie na spokojnie w domu, bo nowa pacjentka z dziesiątej trzydziści nie przyszła i nie zadzwoniła, a inna, która miała przyjść na kontrolę na dwunastą, w ostatniej chwili wysłała mi SMS-a, że jednak nie da rady.

Do Mateusza nadal wstydzę się zadzwonić. Może dam mu czas, by ochłonął, i odczekam dzień, dwa... albo tydzień?

O trzynastej z rozpaczą stwierdzam, że skończyła się woda mineralna. Normalnie nalałabym sobie wody z kranu i nie byłoby problemu. Niestety, dziś woda z kranu smakuje mi jak słonawa stal i mokra szmata w jednym. Walcząc z mdłościami, narzucam byle jak płaszcz i szalik, po czym wychodzę w ostry, ale przyjemny chłód.

Do najbliższego sklepu mam zaledwie dwadzieścia metrów, ale droga dłuży się niemiłosiernie, a płyty chodnikowe zapadają się pode mną jak grząskie bagno. Mijam znajomego staruszka z jamnikiem, wysokiego, zaaferowanego smartfonem faceta, który pracuje w moim budynku, oraz jakąś panią z wózkiem, która dziwnie mi się przygląda.

Pod sklepem wpadam na kolejnych znajomych. Mężczyzna i kobieta od stłuczonych butelek na wymianę najwyraźniej na stałe upodobili sobie sklep koło mojej pracy. Dziś powodzi im się znacznie lepiej. Nie kłócą się i wolni od wszelkich zobowiązań czy zmartwień siedzą na parapecie niskiego

sklepowego okna, popijając zgodnie jakiś trunek z butelki owiniętej niebieską foliową torbą. Przez chwilę zazdroszczę im beztroski i świętego spokoju. Na mój widok mężczyzna wstaje i kłania się nisko, zdejmując wyświechtaną czapkę.

Nie chcę wiedzieć, czy to dlatego, że jakimś cudem mnie rozpoznał, czy z powodu tego, jak wyglądam (bo chyba nie czyta mi w myślach?!), ale zaraz chyba zwymiotuję. Zwłaszcza że od strony pary dolatuje do mnie woń przetrawionego alkoholu, a moja uboga treść żołądkowa podchodzi znowu do gardła. Odchodzę czym prędzej, odprowadzana niechętnym spojrzeniem partnerki mężczyzny, która wykorzystuje jego nieuwagę, by pociągnąć parę łyków więcej ze wspólnej butelki.

O trzynastej trzydzieści na powrót dogorywam w fotelu, przytulając półtoralitrową butelkę wody, gdy nagle dźwięk dzwonka oznajmia przybycie pani Jadwigi.

- Miałam być na czternastą trzydzieści, ale wolne mam dziś i jakoś tak szybciej sprawy pozałatwiałam - mówi, moszcząc się na sofie.

- Nie ma problemu. Akurat miałam okienko - kłamię bez mrugnięcia okiem.

- Chyba pani niewyspana, co? - Pacjentka przygląda mi się krytycznie. - Jakaś blada taka pani i oczy ma podkrążone...

Matko, czyli makijaż nie dał rady! Mam nadzieję, że perfumy dały... Nawet po kąpieli chyba wciąż roztaczam mało przyjemną woń wczorajszego wieczoru. Zapach orchidei i mandarynki użyty w podwójnej dawce świdruje mi nos i wzmacnia mdłości. Szkoda by było, gdybym męczyła się tak na marne.

- Jestem trochę chora - tłumaczę z zażenowaniem, stwierdzając, że oczy pani Jadwigi kierują się natychmiast w okolicę mojego brzucha.

Czuję, jak na twarz wypływa mi rumieniec (co pewnie potęguje podejrzenia i domysły pani Jeżyk), ale jakby się nad tym głębiej zastanowić, to niedługo będę musiała symulować ciążę, bo moja zdradziecka opona na brzuchu staje się coraz bardziej widoczna. Tylko co, do cholery, zrobię po dziewięciu miesiącach?!

Na szczęście później spotkanie upływa już w miarę szybko i sprawnie. Muszę tylko pamiętać, by nie odzywać się za dużo, bo każde otwarcie ust może się skończyć dla mnie przykrym i niezapomnianym wypadkiem.

- Schudła pani, pani Jadwigo - mówię, studiując wydruk z wagi. - Nareszcie.

- Tak. Super! To teraz mogę się pani przyznać.

- Do czego? - Skurcz niepokoju ściska mój zmęczony żołądek.

- Bo znajoma dała mi taką dietę... żeby nie jeść wcale węglowodanów, a za to dużo tłuszczu. - Pani Jadwiga patrzy na mnie przeprasząc. - I ja to przetestowałam na sobie, no i proszę! Efekty są! Może to pani teraz zalecać innym pacjentom, bo sprawdzone. A jakie smaczne! Nawet schabowego zjadłam.

- Bez panierki? - pytam machinalnie.

- Nie no, z panierką.

- Przecież panierka to węglowodany.

- Ale tylko trochę! A ta dieta to superskuteczna, jak widać.

- Pani Jadwigo, węglowodany są potrzebne do życia, nie można ich całkowicie eliminować. Można tak sobie zaszkodzić.

- No ale panierka była.

- Ale przez przypadek. I miało jej nie być.

- No tak, niby tak. Ale była, no i tak po prawdzie, to trochę odstępstw też tam miałam. Jabłek na przykład nie wolno było, ale teraz takie dobre jabłka, to zjadłam trochę. I co?

I tak pomogło! No i widzi pani, co by nie mówić, pani dieta mnie tak nie odchudziła.

To nic, że mojej diety przez żaden z wielu tygodni nie stosowała w stu, a nawet osiemdziesięciu procentach.

- Pani Jadwigo, ale my musimy myśleć długofalowo. Takimi wynalazkami może sobie pani jeszcze bardziej rozregulować metabolizm.

- Co też pani mówi! Czuję się świetnie! Regularnie chodzę do toalety.

- Chodziło mi o metabolizm energetyczny, o spalanie tłuszczu...

- Ale przecież schudłam!

- Tak działają na początku te diety, tylko potem zaczynają się schody.

- To będziemy się martwić potem - oznajmia radośnie pacjentka. - Niech pani mi ułoży więcej takiej diety, bo koleżanka dała mi tylko dwutygodniową rozpiskę.

- Potem może być za późno - nie ustępuję. - Na przykład organizm już w ogóle nie będzie chciał potem chudnąć.

- Ale ta moja znajoma tak schudła już osiem kilo i jest zadowolona.

- To możliwe, ale generalna zasada jest taka...

- No jak pani nie chce, to trudno. Na razie mi się jeszcze nie znudziła ta dieta. Trochę na niej pobędę i wrócę do pani. Ale pani się nie martwi - dodaje, widząc, że coraz bardziej mina mi rzędzie. - Ja panią i tak wszystkim polecam. A w ogóle, to mój były mąż, bo wie pani, my jesteśmy nowocześni, w zgodzie się rozstaliśmy i dla dobra dzieci po rozwodzie razem blisko się trzymamy cały czas... no, to on też musi schudnąć! Ostatnio lekarz straszył go nawet zawałem. Durny chłop, na chwilę go z oka spuścić... No i on nie może stosować takiej tłustej diety, nawet jak skuteczna, bo lekarz mu zakazał.

Przez grzeczność nie wspominam o podwyższonym, zbija-
nym od lat lekami cholesterolu pani Jadwigi.

- Tak? - pytam tylko najuprzejmiej, jak potrafię.

- Tak, no i właśnie dlatego ja pomyślałam sobie, że skoro
tak, to ja go do pani przyślę.

O matko jedyna.

- Wspaniale. - Zmuszam się do uśmiechu. - Chce go pani
umówić od razu, czy sam zadzwoni?

- Zadzwoni. Ja mu dziś pošlę numer. SMS-em! Bo córka
mnie wreszcie nauczyła, jak na tym moim nowym dotyko-
wym telefonie SMS-y słać. Zauważyła pani pewnie, że ostat-
nio ode mnie tylko maile i maile? Nie wiedziałam w ogóle,
co i jak z tym nowym telefonem! Taki mi zrobili prezent na
pięćdziesiątkę, że jeszcze musieli pełne przeszkolenie ro-
bić! Skaranie boskie z tą techniką, co się człowiek czegoś
naumie, to już następne nowe idzie!

- Doskonale. W takim razie będę czekać. - Nie mam siły do
dyskusowania o nowinkach technicznych.

- No. To ja będę już lecieć. - Pani Jeżyk z wysiłkiem dźwiga
torby zakupowe z siedziska sofy. - A pani uważa na siebie! -
dodaje, rzucając ponownie zaciekawione spojrzenie w kie-
runku mojego brzucha. Następnie wychodzi, a ja wlokę się
z powrotem do fotela i zapadam się w miękkim, czekolado-
wym brązie.

Gdybym wiedziała, że pani Jadwiga nie tylko nie zamierza
wykupić nowej diety, ale w dodatku przyjdzie tylko po to, by
pochwalić się stosowaniem jakiejś innej - przełożyłabym na-
sze spotkanie i oszczędziłabym sobie godzinnej podróży za-
tłoczonym autobusem (z dwiema przerwami, gdy musiałam
wyskoczyć na przystanku, powstrzymać falę mdłości i za-
czekać na kolejny kurs).

Cała nadzieja w tym, że pani Lucyna mnie nie zawiedzie.

A skoro już mowa o pani Lucynie, to powinnam chyba sprawdzić telefon, bo coś chyba pikało ze dwadzieścia minut temu. Tylko gdzie on jest?

Po krótkich poszukiwaniach okazuje się, że telefon z jakiegoś powodu leży na parapecie w sąsiednim pokoju. Pełna najgorszych obaw klikam w kopertkę, która wyświetla się na ekranie. To niestety pani Lucyna. Bardzo mnie przeprasza, ale nie przyjdzie, bo nie zdąży. To tyle z poczucia odpowiedzialności za osoby, które potrzebują spotkania ze mną. Ogarnia mnie gniew, ale wybieram numer, by chociaż spróbować ustalić nowy termin spotkania.

- Ja bardzo panią przepraszam. - Słyszę po chwili. - Wie pani, mąż otwiera nowy sklep, ma dużo pracy, to mu trochę pomagam, a jeszcze córka idzie na wesele i pojechaliśmy razem na zakupy, jeszcze nie wróciliśmy, bo nigdzie nie ma niebieskiej sukienki, takiej, co, wie pani, będzie pasowała do jej oczu, ale nie będzie zbyt wydekoltowana, bo ona takich nie lubi. Potem chciała jeszcze kupić kolczyki. Wie pani może, gdzie kupić kolczyki z turkusami?

Nie wiem! A w dodatku mam to w głębokim poważaniu!

- Pani Lucyno, martwię się o panią, miała pani poświęcić więcej czasu sobie i skupić się bardziej na dziecie.

- No wiem, wiem. Ja bardzo przepraszam, ale tak to jakoś wyszło. Ciężki czas ostatnio, tyle roboty. Wie pani, jak to jest z dziećmi...

Wszyscy są już pełnoletni! - ciśnie mi się na usta.

- Rozumiem - mówię jednak. - Tylko, że tu chodzi o pani zdrowie, poza tym sama pani powiedziała, że źle się czuje z tą tuszą.

- Tak, no tak, to oczywiście wszystko jest ważne, ale wie pani, jak jest tyle spraw... jeszcze teraz młodszy syn ma urodziny, szykuję imprezę, a właściwie dwie, bo jedna dla znajomych w piątek, a druga dla rodziny w sobotę. Muszę po-

piec ciasta, mięsa. No i z tego wszystkiego łatwiej zjeść byle co w biegu, niż stać i gotować sobie specjalne posiłki.

- Ale to są normalne posiłki, a nie jakieś specjalne!

- No tak, niby tak, ale wie pani, rodzina lubi co innego, to wiadomo, kobieta zawsze musi się trochę dostosować, żeby wszyscy byli zadowoleni.

- Ale przecież się umawialiśmy. - Usilnie staram się nie błysnąć jakąś feministyczną myślą. Pulsowanie w głowie nasila się, a niewidzialna obręcz zaciska coraz mocniej z każdym słowem. Przytrzymując telefon ramieniem, ściągam zlaną mandarynkowo-orchideowymi perfumami marynarkę i ciskam na sofę, jak najdalej od siebie.

- No tak, ale wie pani. A jeszcze ząb mnie boli, więc w czwartek do dentysty jadę, mąż nie może mnie podrzucić, bo zajęty, a to taki tańszy dentysta, z polecenia, wie pani, ale na drugim końcu miasta, to prawie trzy godziny mi się zjeździe, a tu tyle roboty! Wie pani, zawsze coś. To zmywar-ka się zepsuła w niedzielę, to mężowi rozwały się buty. Muszę dziś zanieść do szewca. I kupić kieliszki na sobotę, bo jak wycierałam kurze, to zrzuciłam dwa niechcący i potłukłam. W tym tygodniu to już nie zdążę przyjść. Może w przyszłym?

No tak, w końcu przyszły tydzień ma to do siebie, że w teorii zawsze jest lepszy od obecnego.

- No dobrze. To zadzwonię do pani w przyszły poniedziałek i się umówimy.

- Świetnie, wie pani, ja naprawdę bardzo panią przepraszam za to zamieszanie i za to, że mi tak nie idzie, ale jakoś tak teraz wyjątkowo dużo obowiązków się naczekało. Ale w przyszłym tygodniu... w przyszłym tygodniu to już na pewno będzie lepiej!

CZWARTEK, 16 LISTOPADA

Dwa tygodnie po pamiętnych wydarzeniach z przełomu października i listopada czuję się, jakby wstąpiła we mnie nowa energia. Udało mi się jakoś spacyfikować Mateusza, tłumacząc, że Kama przechodziła załamanie nerwowe z powodu zawodu miłosnego i jakoś tak mi się ten nastrój udzielił. Za kilka dni są moje urodziny, które w weekend będziemy świętować dość skromnie, ale za to w grudniu... Nie mogę się doczekać wyjazdu!

Gdy wreszcie doleczyłam kaca i wmówiłam sobie, że życie ma jakiś sens, doprowadziłam mieszkanie do stanu sprzed katastrofy, a jedyną nieodwracalną ofiarą tamtego wieczoru stał się biedny biały kocyk (od teraz patriotyczny, biało-czerwony).

Ku mojej radości w kalendarzu pojawiły się nowe zapisy, a pacjenci, tak dla odmiany, zaczęli przychodzić na umówione spotkania. Już w połowie miesiąca mam na spokojnie pokryte koszty wszelkich rachunków i zobowiązań, a wygląda na to, że moje konto zasili nawet całkiem przyjemny zysk, który pozwoli mi nieco odgonić widmo śmierci głodowej lub odłączenia prądu w mieszkaniu.

Udało mi się nawet schudnąć kilogram, chociaż pewnie tylko dlatego, że Kama wyjechała na dziesięć dni pisać jakiś reportaż o ośrodkach SPA na Pomorzu i nikt nie przynosi mi słodczy ani alkoholu.

Alkohol. Moja rozłaka z nim trwała cały tydzień (czyli nie wieczność, jak zakładałam), ale teraz piję mało i tylko po to, by coś uczcić, więc wszystko w porządku.

Jest słoneczny ranek i za oknem, oprócz braku liści na drzewach, nic nie wskazuje na to, że wkrótce przyjdzie

zima. Krzątam się po domu w szlafroku i z kubkiem parującej kawy. Czuję się szczęśliwa jak rzadko kiedy i nie przeszkadza mi nawet, że przez ostatnie pół roku pijałam kawę coraz gorszej jakości, aż doszłam do poziomu napoju, który trudno już nawet nazywać kawą.

Gdy podchodzę do sofy zabrać poskładane wcześniej pranie, coś szorstkiego wbija mi się w bosą stopę. To jakiś samotny oskarżycielski chips, który musiał leżakować pod dywanem przez ostatnie dwa tygodnie. Podnoszę go i triumfalnie ciskam do śmietnika. Od tamtej pory nie jadłam niezdrowych przekąsek i jestem z siebie bardzo dumna. Po szybkim ogarnięciu mieszkania zakładam dżinsy, T-shirt i ciepły polar, a następnie, rezygnując z kurtki, wychodzę z domu.

Na dworze pachnie ciepłem i świeżością. Moje kroki są lekkie, a delikatny wiatr łaskocze mnie w policzki. Prawie nie pamiętam, jaka smutna i zmarnowana byłam jeszcze niedawno. Wchodząc do Biedronki, uśmiecham się sama do siebie. Wreszcie stać mnie na większe zakupy!

Kroczę dostojnie między półkami, z namaszczeniem układając kolejne produkty w koszyku, gdy nagle rozdzwania się mój telefon.

- Słucham? - odzywam się promiennie.
 - Pani Judyto, to ja!
 - Przepraszam, nie wiem, z kim mam przyjemność.
 - No, to ja! Nie poznaje mnie pani? Celina Czubek z tej strony.
 - A, dzień dobry pani Celino.
 - Dlaczego nie ma mnie pani zapisanej?
- Bo jakbym zapisywała każdą osobę, z którą się stykam, to pogubiłabym się po miesiącu?
- W czym mogę pomóc, pani Celino?

- A bo ja jestem w pracy. I nie pamiętam, co miałam na obiad, a muszę w przerwie zrobić zakupy.

- Nie mam przy sobie pani diety, zadzwonię, jak wrócę i włączę komputer.

- Jak to, to nie pamięta pani, co ja mam na jutro? - Kobieta przybiera oskarżycielski ton.

- N-no nie.

- Jak to, to układa pani dietę i nie pamięta, co w niej jest?

- Pisałam ją dwa tygodnie temu, zresztą jak się pani pewnie domyśla, trochę ich codziennie układam... - bronię się.

- No może i tak. No nic! To pani zadzwoni potem, a w międzyczasie jeszcze takie szybkie pytanie, bo przepisy swoje to już chyba pani zna? Bo jak robiłam tę wczorajszą zupę, to nie wiedziałam, czy pieczarki dodać przed kapustą czy po kapuście.

Gorączkowo próbuję sobie przypomnieć, jaką zupę pani Czubek może mieć na myśli. Nie dość, że to było dawno, to jeszcze układałam jadłospis na ciężkim kacu i tylko jakiś cud sprawił, że nie narobiłam tam byków.

- Sądzę, że przed - strzelam.

- No dobrze, to na przyszłość proszę mi pisać takie rzeczy, bo to bardzo ważne. A w ogóle to ja nie bardzo lubię kapustę, więc niech mi pani już jej nie daje. Najlepiej by było, żeby w ogóle pani poprawiła tę dietę, co mam, to jeszcze kiedyś ją wykorzystam.

- Mówiła pani, że lubi w zasadzie wszystko - nie rozumiem.

- Naprawdę? To może zapomniałam. Albo pani coś źle zapisała. W każdym razie kapusta nie bardzo. Brokuły też tak średnio, ale jakoś przeboleję.

- Dobrze. Bez kapusty i brokułów. - Uśmiech powoli spelza z mojej twarzy.

- Nie no, brokułów trochę może być, bo zdrowe. Ale nie za dużo, no i jeszcze jedno, bo ja jestem bardzo zapracowaną osobą, nie mam czasu gotować codziennie czegoś innego.

Ach tak? Szkoda, że nie powiedziała mi tego na spotkaniu.

- Możemy zrobić posiłki, które nadają się do odgrzewania
- odpowiadam.

- Właśnie. Tak będzie lepiej. To pani mi to poprawi! A jeszcze mam takie pytanie, bo dziś rano w swoim sklepie zobaczyłam te słynne jagody goji. Były w promocji, to kupiłam i dosypałam parę łyżek do tego jogurtu z płatkami, co mam rano. Niedobre strasznie, ale ta pani co tam sprzedaje, powiedziała, że schudła, odkąd zaczęła je jeść.

- Pani Celino, umawialiśmy się, że będzie pani w stu procentach przestrzegać diety. Wolałabym, żeby nie dodawała pani na własną rękę produktów.

- Ale przecież pani powiedziałam, więc to nie jest na własną rękę.

- Ale powiedziała mi pani już po fakcie - próbuję zachować ciepły, wyrozumiały ton.

- Nic się chyba takiego nie stało, skoro to odchudzające jagody są? - pyta z nadzieją pani Czubek.

- Nic mi nie wiadomo, żeby te jagody odchudzały.

- To może niech pani o tym poczyta? - proponuje usłużnie pacjentka. - To może pomóc wielu osobom. Zresztą podobno one są bardzo zdrowe.

- Pani Celino, nie ma odchudzającego jedzenia. Wszystko, co zjadamy, zdrowsze lub mniej zdrowe, ma kalorie, i zjadane w zbyt dużych ilościach może powodować nadwagę. Ja pani dokładnie wyliczyłam kilokalorie w diecie, a jak pani coś doda, nawet zdrowego, to już ta wartość będzie inna, być może za wysoka, by zrzucić kilogramy.

- No, ale ja pani mówię, ta ekspedientka przecież schudła, ja ją znam, nie oszukałaby mnie!

- Ale nie wie pani, czy odchudziły ją jagody. Może jednocześnie zrezygnowała ze słodczy, może zaczęła więcej się ruszać, a może jest na coś chora?

- O! O tym nie pomyślałam. Ale ludzie w Internecie też o tym piszą, więc coś jest na rzeczy.

- Trudno przefiltrować to, co się pojawia w Internecie, pod kątem prawdziwości. Czasem sami producenci opłacają komentujących, forumowiczów czy blogerów...

- No dobrze, już dobrze. Ale ja teraz mam w domu pół kilo tych jagód. No i skoro teoretycznie mogą odchudzać, to na wszelki wypadek chciałabym je jeść. Zresztą, przecież ich nie wyrzucę! To niech mi je pani jakoś wciśnie do tej diety, dobrze? Może zamiast kapusty?

- Pani Celino, kapusta i jagody goji to dwa zupełnie inne, niepodobne do siebie produkty i...

- A w ogóle to muszę pani powiedzieć, bo to na pewno ma znaczenie dla diety... ostatnio mam wrażenie, że przy czesaniu wypada mi więcej włosów niż zazwyczaj.

- To na pewno nie wina diety - oświadczam. - Zaczęła pani ją raptem dwa tygodnie temu i nawet, gdyby to był efekt jej stosowania, to zdecydowanie na niego za wcześnie.

- Gdyby? To znaczy, że to możliwe? - W głosie po drugiej stronie słyszę niepokój i żal. - Może u mnie to po prostu jakoś szybciej idzie? Sama pani mówiła, że od restrykcyjnej diety mogą wypaść włosy, ja po to do pani przyszłam, żeby się zdrowo odchudzać, a jak wyłysięję...

- Spokojnie, pani Celino. Powiedziałam „gdyby”, żeby dodatkowo panią uspokoić. To nie jest restrykcyjna dieta i zawiera wszystkie składniki potrzebne włosom. Proszę się nie martwić.

- No ale jednak! Jakby więcej włosów jest na szczotce!

- Może się pani wydaje, bo nastawiła się pani na najgorsze? - Odsuwam telefon od ucha, by ciężko westchnąć. Je-

stem w sklepie od dobrego kwadransa, a mój koszyk jest prawie pusty. Tymczasem jakieś dziecko wpada na mnie z impetem, wytrącając mi z drugiej dłoni pudełko ryżu.

- Nie, no skąd, ja jestem całkowicie obiektywna! - Słyszę solenne zapewnienie w słuchawce.

- Pani Celino, jest jesień, częściej używamy suszarki, włosy są codziennie narażone na chłód albo przeciwnie - tłamszą się w czapkach. Wiele osób traci ich więcej właśnie w tych jesienno-zimowych miesiącach. To normalne.

Jakiś rozpaczliwy dziecięcy krzyk rozdziera ciszę niedaleko mnie. Zajęta rozmową, nie zauważyłam, że zrobiła się ta godzina, gdy matki z niemowlakami w wózkach i kilkulatkami biegającymi samopas napływają do sklepu wielką, niedającą się zatrzymać falą. Niepewnie lawiruję z koszykiem między kolorowymi pojazdami i zmęczonymi mimo wczesnej pory kobietami, starając się zdobyć potrzebne produkty i zdążyć do kasy przed gigantyczną kolejką.

- Pani Celino, czy ja mogę do pani później oddzwonić? Jestem w sklepie.

- To dobrze pani! Ja od godziny siedzę w pracy.

I od kwadransa dyskutuję przez telefon, omawiając prywatne sprawy...

- Zaczynam dziś trochę później, ale zostaję w biurze do dziewiętnastej - tłumaczę się, sama nie wiem dlaczego. - A skoro o tym mowa, to my się dzisiaj przecież widzimy? O szesnastej trzydzieści.

- A, zapomniałam pani powiedzieć. Muszę po pracy iść do fryzjera poprawić tę farbę, co mi kobieta zrobiła w zeszłym tygodniu, bo kolor jednak mi się nie podoba, tak że niestety do pani to już nie zdążę. Czesław przyjdzie sam.

* * *

Czesław przyszedł sam i spóźnił się jedyne siedemnaście minut, nie wypowiedziawszy nawet smętnego przepraszam.

- Nie schudłem! - oświadczył tylko oskarżycielsko i skierował się do pokoju.

Idę za nim, mimo wszystko nie tracąc jeszcze optymizmu. Miałam dziś udany dzień. Dwoje stałych pacjentów świętowało okrągłe dwadzieścia zgubionych kilogramów, pan Bogusław, nowy pacjent z cukrzycą, zanotował pierwszy sukces w walce ze swoją nadwagą, a w kalendarzu pojawiło się kilka nowych nazwisk. Zresztą pacjentom często wydaje się, że nie schudli, a waga pokazuje co innego.

Niestety tym razem potwierdza się, że pan Czubek nie tylko nie schudł, ale nawet przybrał półtora kilograma w ciągu ostatnich dwóch tygodni.

- Przestrzegał pan diety w stu procentach, panie Czesławie? - pytam.

- No pewnie! Też by pani przestrzegała, gdyby ktoś kazał pani tyle płacić za kartkę z kilkoma przepisami.

- To dobrze - ignoruję przytyk.

Nie pierwszy raz słyszę, że powinnam rozdawać diety za darmo (i chyba żywić się energią wszechświata). Ale na kartce było znacznie więcej niż kilka przepisów, zresztą tworzyłam je przez sześć i pół godziny, więc chyba coś mi się z tego tytułu należy. A może nie?

- No jak dobrze, skoro przytyłem? Żona mnie namówiła, żeby tu przyjść, zapłaciliśmy, żeby schudnąć, i co?

- To dobrze, bo przynajmniej wiem, jak ten konkretny jadłospis zadziałał na pana. To niecodzienna sytuacja, bo prawie się nie zdarza, by zdrowi pacjenci tyli na diecie niskoenergetycznej. W takim razie trzeba będzie pewnie skorygować wartość energetyczną.

- To znaczy, że wcześniej napisała pani złą? W takim razie składam reklamację!

Oho, widzę, że rezon i pewność siebie pana Czesława rosną wprost proporcjonalnie do braku obecności żony w najbliższym otoczeniu.

- Nie da się dokładnie wyliczyć zapotrzebowania energetycznego, mając do dyspozycji wywiad żywieniowy i wydruk z analizatora. To wymaga specjalistycznych badań przy użyciu sprzętu dostępnego wyłącznie w ośrodkach badawczych i na uniwersytetach. Poza tym kalkulacja może być zmienna nawet w skali kilku dni.

- Czyli po prostu sobie gdybamy. Śmieszne.

- Nie gdybamy, tylko ustalamy coś z dużą dozą prawdopodobieństwa. Zazwyczaj to wystarczy, by zaplanować dietę i uzyskać pożądane efekty.

- Zazwyczaj? To ja nie wiem, czego was uczą na tych studiach. Za moich czasów, jak ktoś zdobywał zawód, to umiał wszystko, a nie tylko trochę. - Pan Czesław dumnie gładzi wąs. - Ja jestem konkretny facet. Naprawiam sprzęt, zmywarki, lodówki, pralki, drobnicę. Wyobraża sobie pani, że bym naprawił pani zmywarkę tylko trochę albo po serwisie oznajmił, że na osiemdziesiąt procent zadziała, jak wyjdę?

Mężczyzna sadowi się głębiej w poduszkach sofy, patrząc na mnie z wyższością i złośliwie się uśmiecha.

- Z całym szacunkiem, ludzki organizm jest bardziej skomplikowany niż zmywarka.

- Tak? Też ma obudowę i układ hydrauliczny. Wystarczy sprawić, żeby wszystko przepływało, jak należy. I żeby elektryka działała. Elektryka to taki mózg zmywarki, rozumie pani.

Kiwam głową, ale w rzeczywistości zaczynam się gubić w metaforach pana Czesława. Dobrze się za to odnajduję w czasie i wiem, że jeśli zaraz nie utnę tej bezsensownej gadki, to w układzie hydraulicznym mojej poczekalni zrobi się nieprzyjemny zator.

- Zapewniam pana, że działałam wedle najlepszej wiedzy i robiłam wszystko, co w mojej mocy, żeby ułożyć możliwie skuteczną dietę.

- No ale się nie udało.

- A na pewno przestrzegał pan wszystkich zaleceń?

- A co to za filozofia? Żona gotowała z tej kartki, to jadłem.

- Mam na myśli zalecenia i wskazówki, które były pod przepisami.

- Jakie zalecenia?

Coraz bardziej zirytowana, zerkam na zegarek.

- Na przykład o prawidłowym nawadnianiu, ograniczaniu solenia, unikaniu soków, napojów i alkoholu, o niepodjadaniu między posiłkami...

- A to ja tego nie czytałem!

- Dlaczego? - Rozkładałam ręce w geście bezradności.

- Proszę pani, ja jestem zajęty, nie mam czasu, żeby studiować jakieś rozwlekłe instrukcje. Jakby tam było coś ważnego, to myślałem, że powie mi pani. Albo żona.

JAKBY tam było coś ważnego?

- To była tylko jedna strona, a nie żaden elaborat. Wypisałam tam najważniejsze rzeczy, o których z czasem można zapomnieć po wizycie. Wspominał pan zresztą, że podchodzi poważnie do rzeczy, za które pan płaci - nie wytrzymuję.

- Bo to jest źle zorganizowane.

- Co pan ma na myśli?

- My tu się mamy uczyć jakichś zasad, prace domowe odrabiać. Co my dzieci w szkole jesteśmy? Kto ma na to czas? Najlepiej to by było, jakby ktoś przyszedł i nam to wszystko po prostu ugotował, jak należy! - Ton głosu i spojrzenie pana Czesława wyraźnie wskazują, że jego zdaniem tym kimś powinnam być ja.

Za sto złotych tygodniowo? Nie no, jasne!

- Mam wielu pacjentów i nie mogę każdemu gotować - próbuję wybrnąć z sytuacji żartem. - Zresztą nie na tym polega moja praca.

- Oho, gardzimy pracą fizyczną, co? Pewnie, wygodniej tak siedzieć przy biurku cały dzień i popijać kawkę za kawką.

- Nie to miałam na myśli. - Czas płynie, a ja robię się coraz bardziej bezradna. - Mam nadzieję, że posiłki przynajmniej panu smakowały.

- A tak, nie powiem, rzeczywiście.

- To się cieszę.

- Szczególnie przypasowała mi ta pieczarkowa ze śmietaną i pieczona karkówka. Reszta to tak różnie, raz lepiej, raz gorzej, ale ogólnie może być, chociaż tych warzyw to nie jem tyle, ile pani tam pisze...

Gwałtownie podnoszę na niego wzrok, a głos więźnie mi w gardle. Pieczarkowa? Karkówka? Przecież nic takiego nie było w jadłospisie! To daje mi też pewne pojęcie o stopniu przestrzegania diety przez panią Celinę.

- Tak że widzi pani... - Pan Czesław podkręca wąża, wstaje i chwyta skórzaną saszetkę na biodro, którą położył wcześniej na stoliku. - Myśmy podeszli do sprawy na poważnie i ponieśliśmy porażkę. Teraz pani głowa w tym, żeby to naprawić.

* * *

- Wyobrażasz sobie, że ceny noclegów dla dwóch osób w tym hotelu zaczynają się od siedmiuset złotych?! - Kama siorbie colę light z plastikowego kubka. Pewnie myśli, że popicie bezcukrową colą wielkiego burgera z podwójnym serem zapewni jej sukces w odchudzaniu.

Siedzimy w niedużej knajpce w pobliżu mojej pracy. Skupiam wzrok na menu spisany na zafoliowanej kartce, sta-

rając się nie patrzeć w lewo, gdzie młoda kobieta wciska zapłakanemu rocznemu dziecku frytki i kawałki smażonego panierowanego kurczaka. Maluch protestuje, ale wyrok na jego przyszłe nawyki żywieniowe i kompleksy związane z nadwagą w dorosłym życiu został już podpisany.

Ponieważ mam dobry miesiąc, zamiast zadowolić się wodą pozwalam sobie na sałatkę grecką. Wiem, że za piętnaście złotych mogłabym zrobić całkiem zacne zakupy, ale ten jeden, jedyny raz sobie odpuszczę. Poza tym interes chyba wreszcie się rozkręca.

- A ty pewnie gościłaś się tam za darmo?

- No jasne. Redakcja postawiła mi połowę, a hotel drugą w zamian za reklamę. Śniadania i obiadokolacje też ufundowali. Mówię ci, jaki tam mieli zajebisty bufet! Cztery rodzaje dań głównych w bemarkach, dwie zupy, osiem surówek, przystawki, deser... ja pierdziu!

- A jak tam ta dieta, którą ci ułożyłam? - Posyłam przyjaciółce złośliwe spojrzenie. - Zamierzasz ją kiedyś wprowadzić w życie?

- No tak, pewnie! Ale wiesz, tyle się działo ostatnio! W najbliższy weekend też mam urwanie głowy, ale od poniedziałku będę mieć luźniej, to zacznę wreszcie.

Chyba mam jakieś *déjà vu*.

- Oby - burczę. - Ułożenie tego twojego bezmięsnego i bezrybnego jadłospisu sporo mi zajęło...

- Nie oddawaj mi za bluzki i będziemy kwita.

Niezupełnie, ale i tak bez wahania przyjmuję tę propozycję.

- Co prawda z tym mięsem to ostatnio trochę polegåłam... - Kama bawi się kosmykiem włosów. Fałszywa niewinność maluje się na jej twarzy purpurowym rumieńcem. - Bo wiesz, ten bufet w hotelu... ja MUSIAŁAM tego spróbować.

Wiesz, nie moja wina, taka praca. Ale to dobry moment, żeby dać temu nowy początek! – kończy uroczyście.

– Jak dobrze, że przekonania można odwieść na kołek, kiedy to wygodne – ironizuję.

– Juśka! Kurwa, no przestań, przecież ja w ten sposób zarabiam! – Żywa gestykulacja Kamy omal nie doprowadza do tragicznego wypadku z udziałem kubka z colą. – Gdyby nie to, no przecież nie tknęłabym tych biednych zwierzątek!

– Tak? A co zrobiłaś w domu na obiad po powrocie?

Głośniejsze siorbnięcie ucina temat i ściąga na nas uwagę naburmuszonej paniusi przy sąsiednim stoliku.

– Słuchaj, Juśka, bo w ogóle to mam taką sprawę. Gadałam z naczelną, tak jak chciałaś, i wyprosiłam ci te artykuły reklamowe, mały wywiad i-te-pe.

– Tak? – Natychmiast zapominam o mięsie, rybach i honorze przyjaciółki.

– Tak. I wiesz co? Zgodziła się!

– Fantastycznie! Kiedy mogę się z nią spotkać? A może wystarczy telefonicznie? Mam tyle pomysłów, nawet napisałam już jeden...

– Stop, stop, stop! Jest tylko jeden szkopuł. Na ten rok wszystkie rzeczy mamy już pozamykane. Ale od Nowego Roku droga wolna!

– Nowego Roku? – Opadam bezsilnie na krzesło. – Kama, to za półtora miesiąca!

– Wiem. Ale sama mówiłaś, że teraz lepiej ci idzie. Dociągniesz jakoś do stycznia, a potem...

– A potem będę czekać jeszcze trzy miesiące, aż reklama zadziała.

– Nie bądź taką pesymistką. Dobrze będzie. A, i jeszcze coś. – Kama robi minę człowieka, który najlepsze zostawił na koniec.

– Co? – pytam słabo.

Dziecko z lewej przestało płakać, czyli pogodziło się z losem, a frytki pewnie zaczęły mu smakować. I już zawsze będą.

- W lutym Gośka z działu Zdrowie idzie na macierzyński. Wiesz, co to oznacza?

- Kłopoty?

- Wakat, durna pało! Naczelną szuka kogoś na jej miejsce!

Naburmuszona paniusia ze stolika po prawej znów rzuca nam znaczące spojrzenie. Trudno jednak powiedzieć, czy chodzi jej o to, żeby nas uciszyć czy zamordować.

- Chcesz powiedzieć...

- Tak! Dostaniesz tę robotę, tylko musisz przejść rozmowę kwalifikacyjną.

- Kiedy?

- A, to też pewnie po Nowym Roku, na razie dali ogłoszenie.

- Czyli nie będę jedyna?

- Oczywiście, że nie. Powaliło cię? To nie PRL. Musi być rekrutacja.

- Którą wygram?

- Pewnie, jeśli tylko spodobasz się szefowej. Chyba będzie też jakieś zadanie: jakiś tekst do napisania czy coś. Tylko słuchaj, bo ja jej o tobie naopowiadałam niestworzonych rzeczy, jaka to jesteś zajebista i w ogóle. Tak że wiesz, tu teraz chodzi też o moją reputację. Dlatego proszę cię uprzejmie, acz stanowczo - nie spierdół tego!

* * *

Chcesz rozbawić Boga? Powiedz mu o swoich planach. Ja tam wierząca raczej nie jestem, ale planowałam dziś skończenie pracy punktualnie o osiemnastej. Z lunchu wróciłam około czternastej, pełna energii i optymizmu, mimo że Kama najwyraźniej postawiła poprzeczkę trochę zbyt wyso-

ko, żebym mogła być spokojna o styczniową rozmowę kwalifikacyjną. Postanowiłam jednak, że zacznę się tym martwić dopiero pod koniec grudnia, bo teraz szkoda na to czasu i wysiłku.

Cztery godziny to wystarczająco dużo czasu, żeby spotkać się na szybkie ważenie z jednym pacjentem, odpisać na maile kilku innym oraz zabrać się do układania nowego jadłospisu dla państwa Czubek.

Pan Czesław był niechętny kolejnym opłatom, ale jego małżonka w SMS-ie solennie zapewniła mnie, że w ciągu paru godzin wpłaci pieniądze na konto i oczekuje diety jeszcze dziś, bo z samego rana, przed pracą musi zrobić zakupy. Dlatego mocno się zdziwiłam, gdy weszłam na stronę banku i stwierdziłam, że żaden przelew dziś do mnie nie przyszedł. Teraz minęło już czterdzieści minut z trzech i pół godziny, które przeznaczyłam na ułożenie jadłospisu. Może się rozmyślili? Może pan Czesław przekonał żonę, że jestem niekompetentną, niekonkretną i niedouczonej osobą, która nie zasługuje nawet na złotówkę z ich ciężko zarobionej krwawicy?

Po kolejnych trzydziestu minutach marnowania czasu postanawiam zadzwonić do pani Celiny. Po ośmiu sygnałach zgłasza się poczta. Tak samo po kolejnych trzydziestu minutach, po godzinie i dwóch.

Snuję się po gabinecie, nie za bardzo wiedząc, co mam ze sobą zrobić. Muszę jeszcze zaktualizować swój kalendarz, bo odebrałam dwa maile i jeden telefon z informacją, że pacjenci rezygnują ze współpracy. Każdy podaje inny, logiczny powód i każdemu jest niezmiernie przykro, ale... zmówili się, czy co? A ja już zrobiłam cholerne zakupy!

O osiemnastej, zirytowana, zbieram swoje rzeczy, zamykam gabinet i udaję się w długą i męczącą podróż komunikacją miejską. Gdy wybija dziewiętnasta, nadal jestem

w autobusie, bo dziś po południu jest mżawka. Znane prawo miejskie głosi, że nawet najmniejszy deszcz na terenie zabudowanym wywołuje u kierowców dezorientację i spowolnienie reakcji, powodując zatory i korki nawet w miejscach, gdzie zwykle takowe się nie tworzą. Zła i zziębnięta, słyszę dźwięk swojego telefonu.

- Pani Judyto, dlaczego pani nie odbiera? - Dociera do mnie skrzekliwy głos pani Celiny, gdy wreszcie, karcona spojrzeniami tłumu, wygrzebuje telefon z kieszeni.

- Jestem w autobusie, pani Celino, jadę do domu.

- A! Ale pani dobrze, my wrócimy dopiero za dwie godziny! Ale pogoda, co? Pewnie wszędzie tłok?

- Tak. - Na tyle tylko mnie stać. Jedno słowo więcej mogłoby się okazać słowem niecenzuralnym. Tylko w ciągu ostatnich kilku minut zostałam ugodzona trzema łokciami i jednym kolaniem.

- Właśnie zauważyłam, że pani do mnie wydzwaniała. Ułożyła już pani dietę?

- Właściwie to nie. Umawialiśmy się, że przed czternastą dokona pani wpłaty i wtedy...

- No jak to, nie ufa nam pani?

Przez chwilę nie wiem, co powiedzieć. Czy mam opowiedzieć kobiecie o licznych sytuacjach, gdy zaufałam i poświęciłam długie godziny na ułożenie diety, która potem się nie przydała, bo pacjentowi się odwidziało?

- Takie po prostu mam zasady - próbuję wybrnąć z sytuacji, nie urażając pacjentki.

- No obiecałam, to przecież zapłacę. A że do czternastej... Wyleciało mi z głowy, a po pracy Czesław przyjechał i pojechaliśmy do Nadarzyna. W sobotę idziemy na wesele i musimy mu kupić garnitur. No i mnie sukienkę i resztę rzeczy oczywiście. Właściwie to garnitur już kupiliśmy. Dla mnie

buty, torebkę i biżuterię też. Tylko sukienki odpowiedniej wciąż nie mogę znaleźć.

Moja ręka z komórką, nienaturalnie wygięta, zaczyna drętwieć. Mężczyzna, któremu teraz ja wbijam łokieć w żebra, patrzy na mnie z jawną nienawiścią. W dodatku autobus wreszcie przyspieszył i teraz porusza się z niedozwoloną prędkością, więc druga ręka narażona jest na liczne szarpnięcia.

- Pani Celino, ja może oddzwonię, jak wysiądę. Słabo panią słyszę i w ogóle...

- Nie no, to ja tak szybko! Ja zaraz powiem Czesławowi, żeby zapłacił telefonem. Ale dożyliśmy czasów, żeby wszystko było takie proste, nie? Niech pani wyśle na jego komórkę numer konta. A jak pani będzie układać, to ja mam straszną ochotę na śledzie. Najlepiej w sałatce z cebulą, śmietaną i jabłkiem. Zawsze mam ochotę na śledzie, jak nadchodzi taka deszczowa jesień. Czytałam, że organizm zimą dopomina się kwasów omega 3 i witaminy D, a śledzie...

- Pani Celino, uwzględnę śledzie. - Staram się mówić jak najciszej, bo stojące obok osoby przyglądają mi się z ciekawością i rozbawieniem. - Nie zabraknie pani witaminy D. Ale teraz już naprawdę muszę kończyć. Obawiam się tylko, że ten przelew już dziś nie dojdzie, więc przygotuję jadłospis dopiero rano.

- Czesław zrobi przelew ekspresowy - oświadcza pani Celina głosem nieznoszącym sprzeciwu. - Zresztą możemy przesłać potwierdzenie, niech już pani nie będzie drobiazgowa! Ja pani mówiłam, jutro rano muszę zrobić zakupy, potem nie będę miała czasu, więc diety potrzebuję najpóźniej o szóstej rano, żebym zdążyła wydrukować.

- Pani Celino, właściwie to skończyłam już pracę na dziś, jadę teraz do domu...

- To trzeba było zrobić dietę w pracy! No przecież się umówiliśmy, nie wiem, co pani się tak boi, że ktoś pani nie zapłaci? Ma pani firmę, biedna pani nie jest. A nam bardzo zależy, przecież to oczywiste, że zapłacimy! Zresztą, no bez przesady, usiądzie pani w domu i raz dwa się z tym uwinie. Ile pani zajmie napisanie pięciu kartek...

Wbrew pozorom okazuje się, że całkiem sporo. Zwłaszcza, jeśli trzeba zrobić jeszcze wszystkie obliczenia i uwzględnić poprawki. Niestety, wobec perspektywy utraty dwustu złotych, moja asertywność zawisa na kołku razem z honorem Kamili.

- Dobrze, zgoda.

Pięć kartek udaje mi się dokończyć i wysłać, gdy zegar w kuchni informuje pikaniem o nadejściu godziny dwudziestej trzeciej. Z ciężkim westchnieniem wyłączam laptopa i idę do lodówki, żeby wyjąć coś na szybką kolację. Przedtem zdążyłam jedynie przyrządzić kisiel instant z torebki i dwa półlitrowe kubki herbaty. Mój wzrok ucieka w kierunku parapetu, skąd z wyrzutem patrzą na mnie książki z biblioteki wypożyczone trzy tygodnie temu i nawet nieotwarte.

„Ale przynajmniej stać mnie na jedzenie” - myślę, krojąc razowy chleb. Wysłuzona drewniana deska prosi się o wymianę lub przynajmniej odświeżenie papierem ściernym, ale to też będzie musiało poczekać. Telefon dzwoni, gdy wieńczę kanapki plastrami ogórka, a w rondelku wrze odgrzewany barszcz. Zerkam na zegarek: dwudziesta trzecia dwanaście. Kto może dzwonić o tej porze?

- Dzień dobry pani Judyto. To ja.

Mój mózg w trzy sekundy osiąga temperaturę barszczu, gdy słyszę głos pani Celiny. Zdejmuję zupę z ognia i wyłączam gaz.

- Dostałam maila z dietą, dziękuję - mówi kobieta. - Tylko proszę, żeby mi pani poprawiła ten poniedziałkowy obiad.

- A co jest nie tak z poniedziałkowym obiadem? - dziwię się.

- Są tam brokuły.

- Przecież powiedziała pani, że brokuły mogą być, tylko mało.

- No właśnie, a one są dwa dni z rzędu, w poniedziałek i we wtorek!

- Bo prosiła pani - dukam, coraz bardziej zdziwiona - żeby obiady można było odgrzewać, bo nie ma pani czasu gotować.

- Hmm, no niby tak. - Pani Celina namyśla się przez chwilę. - Ale mogła to pani tak jakoś zrobić, żeby było dobrze.

- Jak? - Staram się nie mówić błagalnym tonem, podczas gdy mój żołądek skręca się boleśnie w odpowiedzi na zapach jedzenia.

- No... to pani powinna wymyślić! - Pacjentka chichocze. - Przecież to pani jest dietetyczką, no nie?

DIETETYKIEM!!!

- Proszę ugotować brokuły osobno i w poniedziałek dodać je do sosu pomidorowego, a na drugi dzień wkroić do niego paprykę, cukinię czy na co tam pani będzie miała ochotę.

- To tak można?

Skoro można było zamienić chudy kapuśniak z pieczarkami na zabielaną pieczarkową i pieczonego indyka na karkówkę...

- Warzywa mają podobną wartość kaloryczną. Składniki odżywcze nieco inne, ale jeśli po kilku dniach zamieni pani gdzieś na przykład paprykę na te brokuły, to w skali tygodnia wyjdzie na to samo.

- Hmm, dobra, ale ja chyba tego nie zapamiętam. Może pani poprawić to na tych kartkach i wysłać mi jeszcze raz?

Wolę mieć porządek w dokumentach, a nie jakieś pokreślone kartki. Ja jestem konkretna kobieta. Takie zboczenie zawodowe, bo ja nie wiem, czy pani mówiłam, ale jestem kasjerką w urzędzie.

No do cholery jasnej, sami konkretni ludzie!

- Dobrze, zaraz do tego usiądę, proszę dać mi kwadrans.

- Jasne, nie ma pośpiechu, ma pani dużo czasu, bo ja muszę to mieć dopiero rano. I jeszcze jedno przy okazji, bo ta faszerowana cukinia ze środy to dla mnie jest zbyt pracochłonna. Ja jestem zajęta, bardzo zapracowana i nie mam czasu stać tyle przy kuchni. Może pani ją czymś zastąpić?

- Dobrze. - Z trudem zachowuję spokój. - Czy może być makaron z cukinią i mięsem mielonym zamiast tego?

- Może być, chociaż ostatnio ciągle ten makaron...

Bo jest najmniej pracochłonny, do ciężkiej cholery!

- To dlatego, że makaron z dodatkami to takie szybkie danie, a pani ma mało czasu i chciała... - Jakaś myśl uderza mnie nagle i znienacka. - Pani Celino, chyba nie rozmawiałyśmy o tym, czy uprawia pani jakiś sport? Pani Jadwiga wspominała, że chodzi z sąsiadką na pilates. Czy chodzi może o panią?

- A tak. Chodzimy z Jadzią. W poniedziałek i środę. Zapomniałam pani powiedzieć. Ale uprzedzam pytanie, bo Jadzia już mi opowiadała... Nie jemy już po nim tych ciastek. Tylko wypijamy małą kawę. Prawie niesłodzoną!

Powinno mnie to uspokoić, ale coś mi się nadal nie zgadza.

- Przepraszam, że o to pytam, ale muszę uzupełnić notatki. Jak może być pani w poniedziałek i środę jednocześnie na pilatesie i w pracy?

- No bo ja jestem już na emeryturze i pracuję dwa, trzy dni w tygodniu. A, jeszcze mam przy okazji takie pytanie... Co mówisz, Czesław? - Przez dłuższą chwilę w słuchawce słyszę jakieś stłumione, podekscytowane głosy. Barszcz osią-

gnął już idealną temperaturę do picia, ale ponieważ w domu jest chłodno (staram się ograniczyć opłaty), jeszcze trochę i będę musiała podgrzewać go ponownie. – Wie pani co? – odzywa się wreszcie pani Celina. – Bo do Czesława właśnie zadzwoniła siostra. Bo jego siostrzenica, czyli córka tej siostry – to ona wychodzi właśnie w sobotę za mąż. No i Jasia, czyli siostra Czesława, prosiła, żebyśmy my przyjechali wcześniej do nich, do Pułtuska, jutro po samej pracy. A skoro tak, to już obiad zjemy u nich, a cały weekend nas nie będzie, bo w niedzielę jeszcze poprawiny... To w takim razie prosimy, by pani poprawiła nam tę dietę, tak żeby ona zaczynała się od poniedziałku. Ale to proszę się nie martwić, pośpiechu nie ma, może pani tę dietę zrobić nawet w niedzielę – kończy wspaniałomyślnie.

TERAZ mi to mówi?! Odsuwam telefon od ucha, wydaję cichy jęk i opieram się o blat kuchenny, żeby nie upaść.

– A... a co z dietą przez najbliższe trzy dni?

– A, to postanowiliśmy, że należy nam się mała dyspensa. Przecież od dwóch tygodni tak się pilnowaliśmy! Zresztą, przecież nie pojedziemy w gości z własnym jedzeniem. Co by rodzina powiedziała?

Przez chwilę mam ochotę utopić komórkę w barszczu.

– A perłowe gody? Czas ucieka... mieli sobie państwo nie odpuszczać.

– Nic się przecież nie stanie przez trzy dni!

Na weselu i poprawinach? Nie, no skądże. Co złego może się stać?!

– No nie wiem...

– Od poniedziałku zaciśniemy bardziej pasa! – argumentuje pani Celina.

Zerkam na zegar. Dochodzi wpół do dwunastej. Barszcz pewnie jest już letni.

– To nie do końca tak działa...

- A w ogóle to sprawdzała pani teraz maila?

- Nie? - Oblewa mnie zimny pot.

- Wysłałam pani zdjęcia kolacji, co ją właśnie zjedliśmy. Według przepisu na sałatkę miałam włożyć trzy garście warzyw na osobę, ale wydaje mi się, że jakoś dużo wyszło. Czesław i tak zostawił te warzywa, ale ja... może ja mam za duże garście? I zjadłam za dużo? Zerknie pani i sprawdzi!

Wolną ręką włączam ponownie gaz i stawiam na nim rondel z zupą.

- Pani Celino, o ile pamiętam, państwa kolacja miała wypaść między dwudziestą a dwudziestą pierwszą. Tymczasem jest już dobrze po dwudziestej trzeciej...

- Eee, tak. Tego... przepraszam, chyba pada mi bater...
KLIK.

PIĄTEK, 24 LISTOPADA

- Ze mną to jest tak, że muszę mieć efekty, bo inaczej szybko mi się odechce. - Wysoki, szpakowaty mężczyzna, mocno „pachnący” dymem papierosowym, przygląda mi się badawczo. Kostkę lewej stopy zarzucił na prawe kolano i podryguje nią bez wytchnienia w rytm dźwięków jakiejś niewidzialnej perkusji. Ponieważ jego nogi są nieproporcjonalnie długie i chude w stosunku do reszty ciała (szczególnie okrągłego jak piłka plażowa brzucha), całość sprawia dość osobliwe wrażenie. Eksmąż pani Jadwigi niechcący podkreślił dysproporcje, zakładając szare materiałowe spodnie w pionowe prążki i łącząc je z pulowerem w poziome, granatowo-beżowe pasy. Z otworu przy szyi nieśmiało wystaje kołnierzyk kraciastej koszuli, więc gdyby zdjął sweter, nie byłoby wcale dużo lepiej. Może tak wyglądają mężczyźni, których całe życie ubierały kobiety, a potem nagle przestały?

Dyskretnie spoglądam w kierunku stóp pana Janusza. Tu nie jest źle. Buty ma czyste, a skarpetki do pary. Ale chyba z innych kompletów, bo jedna jest bardziej sprana od drugiej.

- Efekty na pewno się pojawią - mówię. - Chociaż nie mogę panu obiecać, że od razu.

- A ja pani właśnie tłumaczę, że muszą, bo mnie opuści motywacja! - Coś mi mówi, że Julitta (przez dwa „t”) odziedziczyła trochę z tej motywacji po tatusiu. - Choćby ta dieta Jadźki... - zżyma się mężczyzna. - Próbowałem jej i nic. Dwa tygodnie i żadnych efektów! Szybko mi się odechciało!

- Dieta powinna być dostosowana indywidualnie - tłumaczę, w duchu jednak dziwiąc się, że niskokaloryczna dieta pani Jeżyk nie odchudziła jej byłego męża choć trochę.

Mężczyźni zwykle potrzebują więcej kalorii, ponieważ skład ich ciała różni się od kobiecego. Mają wyjściowo więcej mięśni, których codzienny rutynowy metabolizm zużywa więcej kilokalorii niż tkanka tłuszczowa. Mogą więc jeść więcej i łatwiej im schudnąć nawet na niezbyt restrykcyjnym jadłospisie. W dodatku bardzo rzadko tworzy się u nich cellulit. To takie niesprawiedliwe!

- To niech mi pani dostosuje - prosi pan Janusz. - Zależy mi na czasie, ten brzuch już wymyka się spod kontroli. Mam też podobno nadciśnienie. No i cholesterol! I te tri... trój... trójglac...

- Trójglicerydy. Co z nimi?

- Lekarz zagroził, że jak nie przejdę na dietę, to będę musiał łykać jakieś leki. - Mężczyzna nerwowo gładzi się po zakolach. - A ja nie cierpię łykać leków! Zresztą i tak bym o nich zapominał.

No dobrze. Nie jest źle. Przynajmniej nie trafił mi się znowu gorący zwolennik farmaceutycznych cudów odchudzających.

- Dobrze, w takim razie weźmiemy się też do zbijania tego cholesterolu.

- Okej, tylko niech mi pani jeszcze powie... Ile ta przyjemność będzie mnie kosztowała?

Wymieniam kwotę.

- Ile?! Czemu tak drogo?! - Pan Janusz unosi brwi. Od razu widać, że w tej dziedzinie nie ma co konkurować z byłą żoną i córką.

Miałabym mu ochotę wytłumaczyć, że pomijając inwestycję w drogi specjalistyczny sprzęt i wyposażenie, na które wzięłam kredyt (rata pięćset złotych miesięcznie przez dwa lata), to wynajem niewielkiego lokalu w Warszawie (nawet w mało prestiżowej okolicy), który spełniałby wymogi, plus ZUS, opłaty za prąd, wodę, Internet i okazjonalne zakupy

środków czystości czy artykułów biurowych to (lekką ręką) ponad dwa tysiące złotych miesięcznie. I to przy preferencyjnych składkach ZUS, które przysługują jedynie przez cholerne dwa lata! A jak już wyjdę na swoje (co prawie się nie zdarza), to od nadwyżki muszę zapłacić jeszcze podatek. I nie wolno mi chorować, bo firma nie będzie funkcjonować i wpakuję się w jeszcze większe straty. Tak, ten kraj to raj dla drobnych przedsiębiorców!

- Z tego, co mi wiadomo, nie jest to wygórowana kwota za usługi dietetyka w Warszawie - odpowiadam jednak spokojnie.

- I Jadźka przychodzi tu regularnie od wiosny? Co ona? Za dużo kasy ma? - Mężczyzna uśmiecha się rubasznie. - A może za duże alimenty jej płacę?

Domyślam się, że chodzi o alimenty na studiującą jeszcze Julitę i jej młodszych braci, których nie miałam przyjemności (jeszcze) poznać.

Godzinę później, po ważeniu i zebraniu wywiadu żywieniowego, próbach targowania się oraz ostatecznym, niechętnym zaakceptowaniu opłaty przez pana Janusza, wyłuszczam wreszcie swój plan na jego odchudzanie.

- Brzmi dobrze - mówi z uznaniem pan Jeżyk. - Tylko kto mi to będzie robił?

- Słucham?

- No, to jedzenie.

- Spokojnie, nie musi pan gotować codziennie. Większość rzeczy nadaje się do odgrzania.

Na twarzy pacjenta pojawia się grymas niezadowolenia.

- Coś nie tak? - pytam.

- Nie przepadam za odgrzewanym.

Odpowiedź zbija mnie z tropu.

- To... jak to rozwiążemy?

- Nie wiem. Może ułożyłaby mi pani po prostu dietę z gotowych produktów? Teraz wszystko można kupić gotowe. Zupy, sosy do makaronu, różne dania w proszku, puszkach i słoikach, a nawet całe mrożone obiady. Jest w czym wybierać!

- Panie Januszu, wbrew pozorom, to już nie jest to samo co domowe. Większość z tych rzeczy zawiera dodatki do żywności, na przykład konserwanty. Niektóre, jak choćby azotyny, jadane przez dłuższy czas, mogą być bardzo szkodliwe dla zdrowia.

- Oj tam, nie wie pani? Dużo już reklamują rzeczy bez konserwantów!

Tak, tylko że zazwyczaj brakiem konserwantów chwala się producenci produktów, do których konserwantów... zwykle się nie dodaje. Ot, kolejne hasło, którym można zachęcić konsumentów do kupna. „Konserwant” to słowo klucz, które większość ludzi utożsamia ze wszystkim, co najgorsze. Dla wielu – synonim wszystkich dodatków do żywności. Albo wszystkiego, co w produkcie może być szkodliwe lub niewskazane. „Bez konserwantów” to „bez wyrzutów sumienia”. Zwłaszcza jeśli opakujemy produkt w brązowy, „ekologiczny” papier, a do nazwy przemycimy słówko „domowy” lub „babuni”. A to, że zawiera jednocześnie glutaminian sodu, barwniki albo dostarcza mnóstwo soli, cukru czy utwardzanego tłuszczu roślinnego (pełnego szkodliwych izomerów trans) – to już inna historia.

- Panie Januszu, konserwanty to nie wszystko – wzdygam.
- Do gotowej żywności często dodaje się sporo soli, cukru i tłuszczów, których powinien pan unikać ze względu na pana ciśnienie i cholesterol. A do tego zawartość witamin i składników mineralnych jest nierzadko dużo niższa niż w tradycyjnym jedzeniu.

- Ale tak jest łatwiej!

Z takim argumentem trudno mi polemizować. Przecież nie pójdę i mu nie ugotuję.

- Jak pytałam, co pan je na co dzień. - Wertuję swoje notatki w poszukiwaniu ratunku. - Wymieniał pan, nazwijmy to, „normalne” posiłki.

- No tak, ale to albo było w słoiku zrobione od mamy, albo na obiedzie u Jadźki, albo właśnie z proszku czy tam mrożonki. W pracy, jak jem zupy, to zwykle takie chińskie. Najbardziej mi smakują.

Staram się nie dać po sobie poznać, że opadły mi ręce i wszystkie pozostałe kończyny.

- Proszę chociaż spróbować. Dla swojego dobra. Będzie pan zdrowszy, jeśli zwróci pan większą uwagę na to, co pan jada. Wiele prawdy jest w powiedzeniu „jesteś tym, co jesz”.

- Czyli według pani ja jestem chodzącym konserwantem? - żartuje pan Janusz. - Ja myślę, że wiele prawdy jest też w powiedzeniu „co za dużo, to niezdrowo”. Jedzenie, to tylko jedzenie. Oszaleć można, jak się tak ciągle myśli, co w nim jest!

Nie wiem, co odpowiedzieć.

- Ułożę panu możliwie łatwą dietę - proponuję - a pan się spróbuje przekonać do odgrzewania.

- A jakieś gotowce może mi pani wpieść? Chociaż trochę? Jak za dużo roboty będzie, to też szybko mi się odechce!

- Pójdziemy na jakieś kompromisy. - Uśmiecham się. - Jest na rynku trochę gotowych produktów z dobrym składem, które mogę z czystym sumieniem...

- Ale tylko niech to pani tak robi, żebym ja mógł wszystko kupić w Lidlu!

- Co?! - wyrywa mi się.

- Bo koło biura mam Lidla i tylko tam robię zakupy. Jak czegoś tam nie ma, to nie kupuję. Po pracy jestem zmęczo-

ny i nie chce mi się latać po różnych sklepach czy bazarach jak Jadźka.

Pewnie, bo ona nie pracuje i ma więcej siły...

- Rozumie pan, że nie znam na pamięć oferty Lidla, musiałyby mi pan wysłać zdjęcia etykiet albo linki w Internecie...

- Nie mam czasu. Ale przecież może pani sama iść do Lidla i popatrzeć sobie, co tam jest. Ile to roboty?

Niedaleko pada jabłko od jabłoni. Ojciec i córka mają ze sobą więcej wspólnego niż tylko wzrost i stopień zmotywowania. Oboje potrafią bezbłędnie wyczuć, co jest w stanie wyprowadzić mnie z równowagi.

- A niech mi pan powie... bo tak zaczęłam się zastanawiać. Wspominał pan, że dieta pani Jadwigi nie zadziałała na pana. Tam były produkty spoza Lidla i całkiem jednak sporo gotowania. Jak pan sobie poradził?

- To proste. Trzymałem się ilości i głównego zamysłu, ale musiałem co nieco pozmienić.

- Co takiego?

- No... kanapki to normalnie, tylko szynka z indyka była paskudna, więc kupowałem normalną. Zupy i surówki kupowałem gotowe. Gotową owsiankę z owocami też znalazłem. Sos do makaronu z torebki albo słoika. Kaszy nie lubię, to zagryzałem obiad chlebem albo gotowałem mrożone ziemniaki. Rewelacyjny wynalazek! W piątek, jak była ryba, to kupiłem paluszki rybne. A mięso... no, tu był największy problem. Na szczęście można już kupić paczkowany garmaż, na przykład gotowe kotlety. Z tym, że te drobiowe wydawały mi się za suche, to potem kupowałem już tylko schabowe.

* * *

- Był? - Natapirowana głowa pani Jadwigi wychyla się zza framugi.

W odpowiedzi kiwam tylko głową. Gdy dziś rano pani Język zadzwoniła do mnie z prośbą o pilne umówienie spotkania, zastanawiałam się, czy naprawdę potrzebuje pomocy czy główną jej intencją jest szpiegowanie byłego męża, z którym żyje nowocześnie, w pełnej zgodzie.

- I co powiedział? - Już cała sylwetka pani Jadwigi, kołysząc się pod ciężarem zakupów, pakuje się do poczekalni.

- Porozmawialiśmy trochę i będę układać mu dietę - odpowiadam, by zaspokoić jej ciekawość, a jednocześnie nie przekroczyć pewnej granicy. Nie można opowiadać jednym pacjentom o innych, nawet jeśli są w jakiś sposób spowinowaceni.

Pani Jadwiga opada ciężko na sofę, cały czas nie przestając mi się przypatrywać. Reklamówki z zakupami tradycyjnie ustawiła obok siebie i oparła o poduszki, żeby było im wygodnie.

- Musi pani zrobić coś z tym jego cholesterolem! Przecież chłop się wykończy, zawału jakiegoś dostanie. A wie pani, jak to z nimi jest. O wszystkim trzeba za nich myśleć!

Tak, trzeba przyznać, że mam już o tym jakieś pojęcie. Pani Jadwiga zapomniała jednak dodać, że myśleć to jedno, ale najwyraźniej należałoby też coś robić. Nie znam sytuacji, ale po bliższym poznaniu pana Janusza widzę, co mogło być jedną z przyczyn rozwodu. Dobrze, że mój Mateusz jest inny.

- Jak długo są państwo po rozwodzie?

- Będzie z rok. - Oczy kobiety nagle zwężają się. - A co? Podrywał panią?!

- Ależ skąd! - bronię się. - Pytam z ciekawości. Są państwo w dobrych stosunkach, pan Janusz wspominał o wspólnych obiadach.

- A tak, od czasu do czasu jadamy razem - przyznaje kobieta. - Ale to dla dzieci! Żeby, wie pani, w głowach im się nie poprzestawiało. Zresztą dzięki temu unikamy niepotrzebnych wydatków.

- To znaczy?

- Bo często jest tak, że po rozwodzie dzieciaki cwaniaczą i jak jeden rodzic nie chce czegoś kupić albo pieniędzy dać, to zaraz do drugiego... A tak? Problem z głowy.

- A co panią do mnie dziś sprowadza?

Oprócz plotkowania o eksmężu?

- Byłam na tej diecie od znajomej, pamięta pani. No i nagle przestałam chudnąć!

Na usta ciśnie mi się triumfalne „a nie mówiłam!”, ale milczę jak grób.

- Pewnie organizm się przyzwyczaił.

- Może i tak. Niech pani coś zrobi, za miesiąc święta, cała rodzina się zjedzie! Wszystkim powiedziałam już, że się odchudzam, i co? Przyjadą i zobaczą kaszalota!

- Za surowo się pani ocenia. - Próbuję ukryć rozbawienie, symulując napad kaszlu.

- Ja pani obiecuję, że od teraz będę się słuchać i przestrzegać pani diety! - Pani Jadwiga ilustruje swoje zaangażowanie, kładąc rękę na sercu. - Zresztą już od trzech dni jestem na niej z powrotem. Tylko niech pani jakoś to przyspieszy!

- Dobrze, spokojnie. Ułożę pani nowy jadłospis z odrobinę obniżoną kalorycznością i zobaczymy, co na to pani organizm. - To mówię, a w duchu mam nadzieję, że eksperymen-ty pani Jadwigi nie rozjechały na amen jej metabolizmu.

- Świetnie! To ja już będę lecieć z powrotem do pracy. Zamieniłam się z koleżanką, co mieszka koło sklepu, żeby się urwać na dwie godziny. - Pani Jadwiga zamasyście wstaje, chwyta jedną torbę, a drugą przypadkowo strąca na podłogę.

Plastikowa reklamówka opróżnia się z hukiem na mój zielony dywan, ukazując szerokie spektrum produktów spożywczych, których wspólną cechą jest nieobecność w jakiegokolwiek diecie mojego autorstwa. Na samym środku dywanu pyszni się duża trzystugramowa paczka jagód goji.

Pani Jeżyk, nie patrząc mi w oczy, pada na kolana i w pośpiechu zaczyna zbierać rozsypane zakupy.

– To dla dzieci! – tłumaczy, wpychając do reklamówki słodkie płatki śniadaniowe, śmietanę kremówkę, białą czekoladę i dżemy.

Nie wiem, jak synowie pani Jadwigi, ale Julitta przez dwa „t” nie zalicza się raczej do dzieci jadających takie produkty. Chyba że unika ich tylko na pokaz – w tej rodzinie nic mnie już nie zdziwi.

– No niechże pani tak nie patrzy! – Pani Jadwiga wyłapuje moje zrezygnowane spojrzenie, spoczywające na paczce jagód goji. – Wiem, że pani mi ich nie dawała, ale Celina mówiła, że one odchudzają i że zna osobę, którą odchudziły. A sama też je ostatnio stosuje i jest zadowolona. No naprawdę, niech już pani tak na mnie nie patrzy! Przecież to nie zaszkodzi, a może tylko pomóc!

*TRZEBA NAWADNIAĆ SIĘ REGULARNIE
I MAŁYMI PORCJAMI. JAK WYPIJA SIĘ
DUŻO NA RAZ, TO NADMIAR WODY
SZYBKO ZOSTAJE WYDALONY, A DO
NASTĘPNEJ PORCJI DALEKO...*

ŚRODA, 29 LISTOPADA

- Na pewno nie da się tego jakoś przyspieszyć? - prawie chlipię w słuchawkę.

Po moim dobrym nastroju nie pozostał nawet ślad. Nawet pogoda, jakby znając mój stan umysłu, zgasiła słońce, zakręciła termostat i zalała miasto szarą i zimną pluchą.

- Mówiłam ci, Juśka. - Kama mlaska po drugiej stronie linii. - Naczelna powiedziała, że dopiero w styczniu.

Jak wszystko może się zmienić w ciągu dwóch tygodni! W połowie listopada byłam tak zachwycona swoimi przychodami, że bez mrugnięcia okiem zrobiłam w Biedronce zapasy spożywcze za sto dwadzieścia złotych, kupiłam nową, obszerną, wełnianą sukienkę do pracy, a nawet wpłaciłam do warsztatu zaliczkę za naprawę samochodu. Przez myśl mi nie przeszło, że bańka może pęknąć tak szybko.

Nagle okazało się, że nowi pacjenci masowo rezygnują po pierwszych tygodniach. Trzech przestało odbierać maile i telefony, dwóch wpadło w tarapaty finansowe (skąd ja to znam) i musiało zrezygnować z dodatkowych wydatków, jeden wyjeżdża na miesiąc do innego miasta, a czterech czuje się już na siłach ciągnąć dalej dietę samodzielnie, bez ponoszenia kosztów. Dwóch spośród stałych pacjentów odniosło sukces, który ich usatysfakcjonował, i postanowiło zakończyć współpracę, a trzech innych stwierdziło, że muszą zrobić sobie przerwę. Tymczasem kalendarz na grudzień świeci pustkami. Szczęście w nieszczęściu: jeden z pacjentów podarował mi w dowód uznania butelkę czerwonego merlot. Akurat będzie na pocieszenie.

- Juśka, jesteś tam?

- Tak, tak. Ale już prawie nie. Wiesz, w jakiej czarnej dupie się znalazłam?

- To w sumie logiczne. Zbliżają się święta, ludzie będą kupować jedzenie, a nie płacić komuś, kto każe im je ograniczać.

- Kama!

- Oj, dasz jakoś radę. W styczniu wszyscy wrócą upasieni jak świnie po tygodniowym obżarstwie, a ty będziesz zbierać żniwo schabów, makowców i pierogów. A zapłaciłaś chociaż za ten prąd?

- Tylko za jeden miesiąc. Miałam do nich napisać, żeby rozłożyli mi na raty, ale tyle się działo... Wyjątkowo pracowity miesiąc, a teraz w sobotę jeszcze ten wyjazd, na który właściwie przestałam mieć ochotę. W przyszłym tygodniu będę mieć luźniej, to wtedy...

- Co ty pieprzysz?! Załatw to po prostu! Może ci nie odłączy. Przynajmniej na razie...

- Cholera jasna. Kama! Co ja powiem Mateuszowi?

- No nic. Przecież to żadna nowość, że jesteś w dupie z pieniędzmi.

- Otóż właśnie dla niego to całkowita nowość.

- Co?! Nie powiedziałaś mu jeszcze? - Mogłabym przysiąc, że po drugiej stronie słyszę stłumiony chichot. - To masz przejebane na całej linii.

- Co ty powiesz... Lepiej pomóż mi znaleźć jakieś rozwiązanie!

- Zaproponuj mu, że się do niego wprowadzisz.

- Co?!

- No normalnie. To facet. Będzie w takim szoku, że nawet się nie domyśli, że może się za tym kryć coś więcej.

- Nawet gdybym, podkreślam, GDYBYM zdecydowała się na coś takiego, to za ten prąd i tak będę musiała prędzej czy później zapłacić.

- Ale później niż prędeż.
 - A jak naślą na mnie komornika?!
 - I na co ci wejdzie? - szydzi Kama. - Na pensję?
 - Na pieniądze, z których muszę opłacić ZUS, kredyt i czynsz za lokal?
 - Hmm, o tym nie pomyślałam. Ale oni chyba nie nasyłają komornika tak od razu...
 - Nie przeprowadzę się do Mateusza!
 - Dlaczego?
 - Moja matka dostałaby wścieklizny.
 - Twoja matka uwielbia Mateusza!
 - Tak, lubi go nawet bardziej ode mnie, ale nie w tym rzecz. To nie po katolicku.
 - Hiperbolizujesz. Zresztą twoja matka nie musi o niczym wiedzieć.
 - Jak to nie? A jak przyjedzie?
 - A kiedy ostatnio przyjechała?
- Punkt dla Kamy. Matka woli mnie zwalczać telefonicznie, nie ruszając się z fotela w swoim gabinecie.
- Nie mogę mu tak nagle wyjąć królika z kapelusza! Nigdy o tym wcześniej nie rozmawialiśmy, zakładaliśmy, że wynajmiemy coś razem po ślubie.
 - Starożytne zwyczaje!
 - Ukrzyżowanie też jest starożytną techniką zabijania, a jestem pewna, że moja matka...
 - Twoja matka nie ma tu nic do gadania!
 - Może i tak, ale...
 - Co „ale”?
 - Muszę to przemyśleć. Dobra, nie chcę już o tym rozmawiać, powiedz mi lepiej, co u ciebie?
 - Redakcja zasponsorowała nam tydzień temu karnety na tę nową całodobową siłownię w Mordorze, co ją właśnie otworzyli.

- Mówiłaś, że od kiedy zwalnia się u was miejsce?
- Rekrutacja, Juśka.
- Tak, tak wiem. Rozumiem, że to nie ta siłownia, na którą chodzi Krystian?
- Nie, chociaż on też dostał karnet, więc... a zresztą, w dupie z tym palantem!
- W dupie - zgadzam się uroczyście. - A w ogóle, to kto normalny ćwiczy na siłowni, dajmy na to, o trzeciej nad ranem?
- Nie wiem, jeszcze tam nie byłam. A nie, no, raz. Ale nie ćwiczyć. Zajebiście tam jest ogólnie, taki luksus! Babeczka pooprowadzała mnie po tych wszystkich salach, sprzętach i pokazała, co i jak.
- To dobrze, może jak zaczniesz ćwiczyć, jednocześnie stosując tę dietę ode mnie, to efekty pojawią się szybciej.
- Hmm, no właśnie à propos tej twojej diety...
- Nie zaczęłaś jeszcze?!
- No nie no, zaczęłam, to znaczy tak jakby prawie, bo już kupiłam produkty i nastawiłam się psychicznie, ale potem poszłam na tę siłownię i...
- I co?!
- No i ta babeczka, wiesz, ona była jednym wielkim mięśnieniem. Zero tłuszczu, brzuch jak z Instagrama, zajebiste nogi...
- Do rzeczy - rzucam zimno.
- I ona na koniec tego obchodu dała mi kartkę z planem treningowym i dietą.
- Przecież masz już dietę!
- No tak. I pokazałam jej na telefonie, ale ona tylko pokiwała głową i powiedziała, że to nic nie da.
- Jak to nie da?!
- Bo nie ma mięsa i ryb.
- Przecież ty nie chciałaś jeść mięsa i ryb!

- No tak, ale ona powiedziała, że nie schudnę, jak nie będę jeść mięsa i ryb. Bo białko robi mięśnie i odchudza z tłuszczu.

- Co za bzdura!

- Ty, no ale ona też stosuje tę dietę z kartki, a wygląda jak milion dolarów!

- Pewnie oprócz tego ćwiczy trzy godziny dziennie! - gramię. - Poza tym co z biednymi zwierzętami?

- No tak, masz rację, ale wiesz... ja strasznie chcę taki brzuch!

- Kama... posłuchaj sama, co ty mówisz...

- No, Juśka, ale to tylko tak na jakiś czas. Jak schudnę, to znów wrócę do wegetarianizmu i tej twojej diety. Bo wiesz, to w sumie ma sens: bez mięsa nie ma białka, a bez białka nie ma mięśni. I ja na tej diecie jestem od tygodnia...

* * *

- Nie mogę się już doczekać. - Ciepły głos Mateusza sący mi się do ucha przez słuchawkę telefonu.

- Ja też, kochanie.

Podpisuję się pod tym wszystkimi kończynami. To nieprawda, że straciłam ochotę na wyjazd. Przynajmniej zmienię otoczenie i chociaż na krótki czas ucieknę od tych wszystkich problemów.

Nadal nie znam lokalizacji, ale domyślam się, że czeka mnie kilkudniowy pobyt w jakimś miłym hotelu, w otoczeniu przyrody. Może nad jeziorem? Albo w górach? Ach, będzie wspaniale. Uśmiecham się do komórki, a wolną ręką wyciągam kieliszek i nalewam sobie wina sprezentowanego przez byłego pacjenta.

- Wreszcie pobędziemy tylko we dwoje - ciągnie Mateusz.

- Nic nam nie będzie przeszkadzać: praca, obowiązki...

- Tak, tym razem nic nam nie przeszkodzi! - mówię z mocą. - Wszystko mam już zaplanowane. Jutro parę spotkań, ale na piątek nikogo już nie umawiałam, żeby spokojnie ułożyć diety i przygotować się do wyjazdu.

- Ty i to twoje planowanie - śmieje się Mateusz. - Wszystko musisz mieć zapięte na ostatni guzik.

- Oj tak. A właśnie, powiedz mi tylko, co ja mam spakować? Coś eleganckiego, coś sportowego, coś ciepłego?

- Weź wszystkiego po trochu.

Ech, gdybym tylko miała taką dużą walizkę! Niezbędny będzie jeszcze jeden telefon do Kamy. Nienawidzę pakowania (bo najchętniej wzięłabym wszystko, co mam w domu), a ukochany najwyraźniej nie zamierza mi niczego ułatwiać. No nic, jeśli nie będę miała odpowiednich ubrań, to najwyżej zostaniemy na cały dzień w pokoju...

- Kochanie, w związku z tą rocznicą, tak sobie pomyślałam...

- Tak?

- Jesteśmy ze sobą już trzy lata.

- Tak. Bardzo się z tego cieszę. Uczcimy to hucznie za dwa dni!

- Tak. I to cudowne, ale strasznie mało czasu razem spędzamy na co dzień.

- No niestety.

- Wiesz...

- Co takiego?

- Strasznie cię kocham i chciałabym cię częściej widywać.

- Rozumiem. Masz do mnie żal za te lunche, które mieliśmy jadać razem?

- Nie, nie. Źle mnie zrozumiałeś, nie mam żalu...

- Ale ty też jesteś bardzo zapracowana i wielokrotnie musieliśmy przekładać spotkania z powodu twoich pacjentów.

- Wiem, ale nie o to mi chodzi.

- A o co?

- Po prostu czuję, że powinniśmy się częściej widywać. Potrzebuję cię.

- Co masz na myśli? - Mateusz niespokojnie ścisza głos. - Chyba nie jesteś... no wiesz, w ciąży?

- Co?! - Prawie opluwam się drogocennym trunkiem. - Nie! Skąd?!

- Przepraszam, tak po prostu jakoś pomyślałem...

Boże, chyba nie pomyślał tak z powodu mojej opony na brzuchu?!

- Po prostu tęsknię za tobą i tyle. Stanowczo za często.

- Do czego zmierzasz?

Teraz albo nigdy, teraz albo nigdy, teraz?

- Do niczego. - A jednak stchórzyłam. - Po prostu ta pogoda, jesień, deszcz i to wszystko... Wpadłam w jakiś melancholijny nastrój, przepraszam. Wezmę kąpiel i się położę. Dobranoc, kochanie.

- Dobranoc, skarbie. Widzimy się w sobotę. Słodkich snów!

Głos Mateusza w słuchawce działa na mnie kojąco. Ale jeszcze bardziej kojąco działa chilijski merlot, którego wypilałam już trzy kieliszki i jeszcze coś zostało na dnie.

Oczywiście nie zamierzam się upić. Świętuję po prostu sukces pana Wacława, który schudł dwadzieścia pięć kilogramów i zaczął nowe życie w towarzystwie czarnowłosej dwudziestolatki. No i moje wyczekane wakacje!

Przyjemne mrowienie w palcach i ciepło w żołądku odprężają i pozwalają na chwilę zapomnieć o zmartwieniach. Odłączą mi prąd? To co? W dupie z tym! W lodówce i tak zaraz nie będę miała co trzymać, kuchenkę mam na gaz, a ciuchy piorę ręcznie w szamponie, bo na proszek do prania chwilowo mnie nie stać. I o ile romantyczniej będzie, kiedy wieczorem będę siedzieć przy świecach!

*ORZECZY I PESTKI SĄ ZDROWE, ALE...
KALORYCZNE I NA PEWNO NIE MOŻNA
ICH JEŚĆ BEZKARNIE W DUŻYCH
ILOŚCIACH.*

SOBOTA, 2 GRUDNIA

- Tak, rozumiem, pani Celino, ale inaczej się umawialiśmy!

Jest ósma rano, a ja, roztrzęsiona, od piętnastu minut wiszę na słuchawce, zamiast się szykować. Pani Czubek jest jednak nieprzejednana.

- Tak, wiem, że powiedziałam pani w czwartek, że zrobimy sobie dwutygodniową przerwę w jadłospisach, ale sytuacja się zmieniła! Czesławowi wykryto wczoraj stłuszczenie wątroby i trzeba działać natychmiast!

Na usta cisną mi się najgorsze przekleństwa i opinia, że stłuszczoną wątrobę pan Czesław pewnie miał już od dawna, a gdyby tylko przestrzegał mojej cholernej diety, to parametry zdążyłyby się już trochę poprawić w ciągu tego miesiąca.

- Mogę przekazać państwu ogólne wytyczne, a dietę ułożyć w środę, gdy wrócę z wyjazdu - mówię jednak i gardzę sama sobą za brak szczerości.

- Wykluczone! Tu chodzi o życie mojego męża!

- Pani Celino, lekkie stłuszczenie wątroby nie zagraża życiu.

- Lekarz straszył nas powikłaniami!

- Powikłania pojawiają się przy nieleczonym stłuszczeniu, po dłuższym czasie.

Krótko mówiąc, cztery dni go nie zbawią.

- Lepiej dmuchać na zimne!

- Nic się nie stanie, jeśli będą państwo przestrzegać tych ogólnych wytycznych, o których mówiłam... - tłumaczę spokojnie, a tymczasem całkiem niespokojnie spoglądam na zegarek i pobojowisko wokół otwartej walizki. Mateusz będzie

tu za niecałą godzinę, a ja nie dość, że nie jestem gotowa, to jeszcze mam tu jakiś telefoniczny armagedon.

- Nie! My potrzebujemy posiłków. A jak coś źle zrobię? I mu zaszkodzę?

Bardziej szkodziła mu zabielenia pieczarkowa i karkówka. A co pan Czesław (który nie przeczytał zaleceń o niepodjadaniu między posiłkami) jadał w pracy, to możemy się tylko domyślać.

- Pani Celino, niestety, tak jak mówiłam, wyjeżdżam dziś na krótki urlop.

- I zostawi pani nas tak? No, tego się nie spodziewałam! My tu w nerwach, a pani sobie jedzie odpoczywać. Takim to dobrze!

- To tylko cztery dni - bronię się, jednocześnie próbując sobie wyobrazić rzekome nerwy pana Czesława. - Zresztą, powiedziałam już, że ogólne zalecenia...

- Nie chcę ogólnych zaleceń, potrzebujemy konkretów! A jeśli pani nam ich nie dostarczy, to pójdziemy gdzie indziej.

Opadam ciężko na taboret i ukrywam poczerwieniałą twarz w wolnej dłoni. Moja rozedrgana mózgownica próbuje naprędce policzyć, ile łącznie wiszę elektrowni. Nie mogę pozwolić sobie na utratę kolejnych pacjentów. I drogocennych dwustu złotych, które lada chwila mogą zasilić moje konto. Rozglądam się bezradnie po częściowo zrobionych kanapkach, częściowo zapakowanej walizce i częściowo założonych na siebie ubraniach.

- Dobrze, zrobię tę dietę dzisiaj - mówię wreszcie i natychmiast ponownie sobą gardzę.

- No, i tak trzeba było od razu! - Prawie widzę, jak pani Celina robi minę osoby, która dopięła swego. - To ja pani wyślę na maila etykietkę kiełbasy, którą kupiłam, żeby pani

powiedziała, czy Czesław ją może. I napiszę, na co mamy ochotę w tej nowej diecie.

- Pani Celino, dieta będzie się opierała na lekkostrawnych, niskotłuszczowych produktach wskazanych w stłuszczeniu wątroby, a nie na tym, na co pani mąż ma ochotę - mówię zimno. - A co do kiełbasy, to żadna w tej chwili nie jest wskazana.

- Oczywiście! - ćwierka kobieta. - Ale na pewno da się pójść na jakiś kompromis.

- Przecież chodzi o życie pani męża - cedzę przez zęby.

- Och, niech pani nie będzie drobiazgowa! Zresztą, wie pani, jacy są mężczyźni. Trzeba ich sposobem, bo inaczej mogą się zbiesić.

Jeszcze trochę i mój się zbiesi, a potem zostanę sama, głodna i bez prądu!

Ponownie zerkam na zegarek. Może uda mi się namówić Mateusza, żeby ruszyć trochę później, a sama postaram się szybko uwinąć z tą dietą?

- A! I jeszcze jedno! - wykrzykuje pani Celina. - Jak pani będzie układać, to niech pani pamięta, że ja w poniedziałek jadę do sanatorium. Na dziesięć dni. To tam nie mogę gotować, ale robi mi pani jakieś propozycje, żebym wiedziała, co i jak! Na pewno pani wie, co oni tam mogą dawać.

Jasne. Przecież każde sanatorium ma takie samo menu. A ja skończyłam też studium podyplomowe z wróżbiarstwa!

- Trochę się boję zostawiać teraz Czesława samego... - Pani Czubek ścisza głos. - Ale na turnus czeka się miesiącami i jak zrezygnuję, to nie wiadomo, kiedy potem się trafi. Więc niech pani robi takie posiłki, żeby Czesław mógł sobie sam przyrządzić, a on jest takim antytalentem kulinarnym, więc najlepiej takie niewymagające gotowania, może coś gotowego?

- Przede wszystkim na uwadze będę mieć potrzeby jego wątroby. Poproszę o wpłatę dwustu złotych na konto i zaraz siadam do pracy. - Zaczynam brzmieć jak robot.

Boże, tak bardzo przydałoby mi się teraz coś na rozluźnienie!

- Oj, z tym to akurat będzie kłopot. Ja właśnie lecę do fryzjera, a potem jestem umówiona. A Czesław, biedaczek, śpi. Nie będę go budzić, niech wypoczywa. Ale pani się nie martwi, przelew zrobimy w ciągu paru godzin!

* * *

- Powiedziałaś, że tym razem nic nas nie powstrzyma! Że wszystko zaplanowałaś! - Mateusz miota się pośród moich na wpół spakowanych ubrań, leżących byle jak na sofie i podłodze.

- Wiem, kochanie. - Siedzę ze zwieszoną głową przy blacie wyspy kuchennej. Obok leży otwarty laptop i trochę pokreślonych kartek z notatkami. Herbatę, zaprawioną resztkami wiśniówki znalezionej w spizarce, schowałam za monitorem. - I wszystko było na najlepszej drodze, aż dziś rano zadzwoniła ta kobieta...

- Mieliśmy wyjechać przed dziewiątą, przyjeżdżam, a ty jesteś w kompletnej rozsypce! To do ciebie niepodobne, co się z tobą ostatnio dzieje?!

- To nie moja wina. Wszystko miało być inaczej! Mówiłam ci, ta kobieta...

- Skoro powiedziała ci w czwartek, że chce zrobić przerwę, to niech teraz czeka!

- No ale jej mąż jest chory...

- Sama mówiłaś, że to nic poważnego!

- Tak, ale ona nie przyjmuje tego do wiadomości.

Mateusz opuszcza ręce w geście bezradności i podchodzi do mnie.

- To jakaś kompletna wariatka. - Nachyla się do mnie i kładzie mi dłoń na ramieniu. - Olej ją i jedźmy już. Jeszcze zdążymy.

- Nie mogę.

- Dlaczego?

- Bo ona pójdzie gdzie indziej.

- Droga wolna! Tym lepiej dla ciebie! Po co masz się z taką użerać?

- Bo odłączą mi prąd. - Jakiś niewidzialny ciężar spada wreszcie z moich barków.

- Co takiego?! - Po twarzy Mateusza widać, że jest zszokowany.

- Interes idzie fatalnie. Z przerwami, ale w sumie od samego początku. Przejadłam całe oszczędności, ledwie starcza mi na utrzymanie i od jakiegoś czasu nie płaciłam rachunków za mieszkanie - recytuję.

- Dla... dlaczego mi nie powiedziałaś?!

- Nie chciałam cię martwić.

- Oszalałaś? Pomógłbym ci! - Tego się właśnie obawiałam.

- Poza tym - Mateusz z niedowierzaniem masuje czoło - wielokrotnie pytałem, jak ci idzie, a ty mówiłaś, że dobrze, że pacjenci okej, że inwestycja się zwraca... Okłamywałaś mnie przez cały ten czas?!

- Było mi wstyd.

I bałam się, że informacja o porażce jakimś cudem dotrze do mojej matki.

- Myślałem, że sobie ufamy! I mówimy sobie wszystko, że jesteśmy razem na dobre i na złe, a teraz... Co ty właściwie sobie myślałaś?!

- Nie wiem, przepraszam. - Wzdycham ciężko.

- Sam nie wiem, co mam myśleć, ale... czekaj, czy ja czuję od ciebie alkohol?!

Lodowaty dreszcz przebiega mi w dół kręgosłupa.

- To nic takiego - tłumaczę. - Tylko odrobina wiśniówki do herbaty, tak dla rozluźnienia...

- Odrobina? Ile tych herbat już wypijaś?

- No cztery, ale... to wyjątkowa sytuacja. Ta kobieta mnie tak wyprowadziła z równowagi!

- Od kiedy się tak rozluźniasz? - W oczach Mateusza pojawia się wrogość. - Nie tak dawno znalazłem cię rano na podłodze, jak jakiegoś żuła. O czym jeszcze mi nie mówisz?!

- To nic takiego - upieram się. - Wtedy to było co innego, Kamie było smutno, przyniosła wino... wyjątkowa sytuacja. A tak to nie piję często. To tylko tak okazjonalnie, normalnie, jak to na towarzyskim spotkaniu albo jak coś świętowałam...

- Co świętowałaś? Ponaglenie z elektrowni?!

- To nie tak.

- A jak?

- To nic takiego, zresztą każdy ma czasem chwilę słabości. A ja nie mam z tym problemu, w każdej chwili mogę przestać. - Sama nie wierzę, że właśnie to powiedziałam. To na pewno mój mózg wyprodukował to zdanie? Brzmi jak mało śmieszny dialog z równie mało śmiesznego polskiego serialu. Absurdalna sytuacja sprawia, że wybucham niekontrolowanym śmiechem, tylko odrobinę histerycznym.

- Z czego się śmiesz? - Wrogość w oczach Mateusza przechodzi w zaniepokojenie.

- Nic takiego, po prostu... jakoś to się wszystko pokomplikowało. Ale wyprostuję to!

- Masz na myśli pracę, zadłużenie czy picie?

- Nie przesadzaj. Zresztą mam plan: już niedługo, po Nowym Roku wszystko się zmieni...

Mateusz gwałtownie się ode mnie odsuwa i idzie do przedpokoju. Zastygam w bezruchu, nie wiedząc, czy go gonić czy dać mu trochę ochłonać. Po chwili słyszę zgrzyt zamka

błyskawicznego w podróźnej torbie i ukochany pojawia się ponownie, niosąc coś w dłoni.

- Po naszej rozmowie dwa dni temu myślałem, że to już czas... że może chcesz... że chodzi ci o... - Stanowczym krokiem podchodzi do stolika przy kanapie, na którym piętrzą się niespakowane kosmetyki, i stawia tajemniczy przedmiot z głośnym stuknięciem. - Zaplanowałem dla nas na dziś coś wyjątkowego. Ale teraz sam już nie wiem, czego chcesz, ani czy ty sama to wiesz. I czy ja chcę tego samego.

Na moment zapada krępująca cisza. Wreszcie Mateusz bez słowa odwraca się na pięcie. A potem wychodzi. Jeszcze przez dłuższą chwilę słyszę echo szybkich kroków na schodach za ścianą. Prostuję zeszywniałe plecy i wychylam się zza blatu. Chwilę, która ma wiele wspólnego z wiecznością, wpatruję się w stolik i przedmiot, który na nim stoi pośród rozrzuconych flakoników, mydeł i kremów.

Potem drżącą ręką chwytam komórkę i wybieram numer Kamy.

- Przynieś wino - odzywam się martwym głosem, gdy już wysłuchuję steku bluzgów pod swoim adresem, związanych z pobudką o tak niehumanitarnej porze. - Albo trzy. I lody.

Rozłączam się bez pożegnania, odkładam komórkę na blat i podchodzę do kanapy. Na stoliku stoi granatowe zamszowe pudełeczko z pierścionkiem zaręczynowym.

ŚRODA, 6 GRUDNIA

- Nadal się nie odzywa? - pyta Kamila, ściągając z półek kolejne słodczyce.

- Nie - burczę.

Od godziny przechadzamy się po centrum handlowym. Z głośników dudnią ograne, świąteczne przeboje, a co trzecia piosenka to „Last Christmas”. Ludzie nadal nie pokapowali się, że najpopularniejszy bożonarodzeniowy hit to piosenka o bolesnym rozstaniu...

- A ty dzwoniłaś?

- Nie.

- Głupia jesteś.

- Sama jesteś głupia. Po co ci tyle tego żarcia?

- To na święta.

Kolejny przedświąteczny zwyczaj, który nigdy się nie zmieni. Ludzie kupują tony jedzenia „na święta”, żeby jeszcze przed Wigilią zjeść ich połowę i mieć pretekst do kupienia jeszcze większej ilości. Potem okazuje się, że Wigilia plus dwa dni świąt to za mało, by przejeść wszystkie zgromadzone zapasy, więc świąteczne obżarstwo i czyszczenie zamrażarek trwa co najmniej do Nowego Roku albo i dłużej. Finałem jest zazwyczaj zdziwienie pod tytułem „Jak mi się udało przytyć tyle w trzy dni?!”

- Dupa, a nie święta. Mieliśmy jechać do rodziców Mateusza, a teraz to nawet nie wiem, czy nadal jesteśmy razem.

- Przecież ci się oświadczył. - Pudełko ciastek z gatunku tych „20% gratis” ląduje z hukiem w metalowym wózku.

- Nazywasz to oświadczynami?

- Zostawił ci pierścionelek.

- I wyszedł bez słowa, mówiąc, że nie wie, czy tego chce. Myśli, że jestem ofiarą losu, kłamczuchą, a teraz jeszcze alkoholizką.

- A jesteś?

- Alkoholizką? Oczywiście, że nie! - oburzam się.

- A ile razy piłaś od soboty? - Kama puszcza do mnie oko.

- N-no... praktycznie codziennie. Ale miałam ważny powód! Zresztą, skoro nie robiłam przerw, to można to liczyć jako jeden raz.

- Czy ty siebie słyszysz?

- Oj weź, żartuję tylko. - W rzeczywistości wcale nie jest mi do śmiechu. - Po co ci tyle ciastek? - zmieniam temat. - Nie lepiej samemu coś upiec?

- Przecież wiesz, że ja i Karo mamy po dwie lewe ręce do gotowania. Gdyby się dało, miałybyśmy po trzy. Ale czekaj... właśnie!

- Co?

- Luiza zaprosiła mnie na jakiś festiwal pierniczków. Wiesz, kilka rozchichotanych lasek ubranych w fartuszki ze Świętym Mikołajem będzie piekło i dekorowało piętnaście kilo ciastek, których i tak nikt potem nie zje.

- I idziesz tam?

- Czemu nie? Może uda się coś podeżreć.

- No tak, mogłam się spodziewać.

- Luiza kazała kogoś zabrać. Chodź ze mną! Miałam wziąć Karo, ale pewnie i tak nie będzie chciała. Ona nie gustuje ani w gotowaniu, ani w jedzeniu.

- Aż dziw, że obie macie tę samą matkę.

- Cholerna, chuda szczapa! Dobrze, że chociaż tyłek mamy taki sam.

- Bo obie macie chude tyłki! - Chichoczę. - Tylko z twoją górną połową ciała coś poszło nie tak.

- Ale z ciebie cipa!

Jakaś młoda matka patrzy na nas z wyrzutem, pospiesznie zagarniając dwóch małych chłopców w boczną alejkę sklepu.

- Kiedy ten cały festiwal?
- W piątek, piętnastego. Po południu.
- Dobra. Właściwie, czemu nie? A będzie tam alkohol?
- Juśka!
- Żartuję oczywiście!

*CUKIER W SŁODYCZACH NIE JEST NAM
DO NICZEGO POTRZEBNY. ORGANIZM
ŚWIETNIE SOBIE BEZ NIEGO RADZI,
A GLUKOZĘ WYTWARZA NA PRZYKŁAD
ZE ZJEDZONEJ KASZY CZY CHLEBA.*

PIĄTEK, 15 GRUDNIA

Co takiego? W szpitalu? Ostre zapalenie trzustki?

Jest godzina piętnasta, a telefon od pana Janusza wstrząsnął podstawami mojego świata. Przecież wszystko zrobiłam zgodnie z zaleceniami! A teraz wyobraźnia podsuwa mi obrazy aresztowania, pozwów o spowodowanie uszczerbku na zdrowiu, dożywotniego czarnego PR-u w Internecie i przytułku dla bezdomnych.

- Kiedy zaczął pan dietę? - pytam drżącym głosem.

- Diety to ja jeszcze nie zacząłem.

Powinnam już móc odetchnąć z ulgą, ale do mózgu jeszcze nie dotarło to, co usłyszałam. Opieram się o ścianę i robię kilka głębokich wdechów.

- J-jak to?

- No bo już zamierzałem się za to zabrać, a tu się okazało, że akurat teraz się nagromadziło sporo imprez służbowych i rodzinnych. Jedna za drugą, no mówię pani! Wiadomo: opłatek tu, opłatek tam. Jeszcze jakieś imieniny, urodziny... Tak że stwierdziłem, że lepiej będzie zacząć już po tym wszystkim.

Z kilkoma nowymi kilogramami na plusie, a w dodatku przed świętami? Brzmi jak świetny plan.

- A teraz jest pan w szpitalu?

- No tak, ale pewnie jutro mnie wypiszą. Już mi lepiej, ale bolało jak...

- Wyobrażam sobie.

Sama będę musiała zaraz wziąć tabletkę na ból głowy. Albo cztery.

Teraz to nabiera sensu. Ostre zapalenie trzustki przytrafia się zazwyczaj osobom, które przeholują z jedzeniem i alko-

holem. W dodatku pan Janusz miał podwyższone trójglicerydy, a to wszystko razem, po którejś imprezie z kolei, musiało spowodować katastrofę.

- A teraz też nie mogę przejść na tę pani dietę - żali się pan Janusz. - Lekarz kazał mi jeść tylko rzeczy lekkostrawne. Ale co to dokładnie znaczy, to już nie powiedział!

- Dieta lekkostrawna polega na ograniczaniu potraw tłustych, konserwowanych, smażonych. Niestety trzeba też unikać błonnika, a wszystko powinno być miękkie i dobrze ugotowane. Surowizna raczej odpada, zwłaszcza na początku. Tak samo wędlina, konserwy, sery. Kategorycznie trzeba odstawić alkohol, nawet małe ilości.

- Holender... nie brzmi to smacznie. - Pan Janusz wydycha powietrze w aparat. Czyżby będąc w szpitalu, palił papierosa?

- No nie, ale trochę się pan pomęcz i za jakieś siedem, osiem tygodni będzie pan jak nowy.

- Ile?! Rany Julek! Skąd to cholerstwo się wzięło?

- O to już musi pan zapytać lekarza, ale często bywa, że trzustka buntuje się po epizodzie stosowania bardzo złej diety.

- Całe życie człowiek myślał, że jest niezniszczalny, a tu trochę jedzenia, wódeczki i o!

- Mhm, no tak.

Wciąż nie bardzo wiem, czego pan Jeżyk ode mnie oczekuje, bo chyba za słabo się znamy, żebym mogła aspirować do roli jego powiernika.

- Ale teraz będę potrzebował pani pomocy.

- Tak?

- No tak, przecież nie mogę jeść ani normalnie, ani z tej pani diety. Musi mi pani ułożyć coś lekkostrawnego. Jutro wracam do domu i zupełnie nie wiem, co mam jeść!

A więc to tak. Jak trwoga, to do dietetyka!

- Coś już tam panu wstępnie doradziłam... - Z niepokojem patrzę na zegarek. O siedemnastej miałam się stawić na pierniczkowe spotkanie, zwane szumnie festiwalem. Okazało się, że alkohol jednak ma tam być, ale niedużo. Każda z dziewczyn ma przynieść tylko jedną butelkę wina, nie więcej. Poświęciłam więc rano w sklepie aż piętnaście minut, by wybrać najtańsze z tych, które miały w miarę ładną etykietkę i po których nie było widać, ile kosztują. Na szczęście miałam spokój, bo niedawno zmieniłam sklep. W poprzednim ekspedientki zaczęły mi się jakoś dziwnie przyglądać.

- No tak, ale ja przecież sam nie wymyślę. - Prawie widzę, jak pan Janusz bezradnie rozkłada ręce. - Zresztą zapłaciłem pani za cztery tygodnie diety, a dostałem na razie tylko dwa.

Z tym argumentem trudno mi polemizować.

- Dobrze - mówię, chociaż kolejny raz w ciągu dwóch tygodni przepełnia mnie pogarda dla siebie. - Ułożę dziś panu tę dietę.

W myślach błyskawicznie przeliczam czas potrzebny na spełnienie tej obietnicy. Jest ledwo po piętnastej. Jeśli wszystko pójdzie sprawnie i jeśli się sprężę, może uda mi się spóźnić na spotkanie tylko godzinę. Albo trochę więcej, bo z SMS-a od Kamilii właśnie się dowiedziałam, że jej koleżanka Luiza postanowiła mieszkać dokładnie na drugim końcu miasta.

Ciężko opadam na krzesło przy biurku i otwieram laptopa. Na zewnątrz, za oknem, jest już prawie ciemno. Niewielkie, miękkie płatki śniegu spadają leniwie z nieba i natychmiast topnieją po spotkaniu z podłożem. Ulicą suną pochody matek i babć oraz nielicznych tatusiów, prowadzących zaaferowane dzieci z pobliskiej szkoły. Wszyscy się cieszą, bo już niedługo święta. Magiczny czas spotkań z rodziną, słodczy,

prezentów i cudów (niepotrzebne skreślić). W wielu domach stanęły już choinki, a w kuchniach trwają pierwsze przygotowania. Za niespełna dwie godziny rozpoczną się również u Luizy.

Pięć i pół godziny później, po ułożeniu, policzeniu i kilkunrotnym poprawieniu diety (pan Janusz dał mi do zrozumienia mailem, że nie da rady zjeść gotowanej piersi z kurczaka ani kisielu, ani purée z włoszczyzny i wielu innych podobnych dań) oraz po kilku coraz bardziej ponagających i zniecierpliwionych telefonach od Kamili – muszę uznać swoją porażkę.

Teraz butelka sauvignon blanc za czternaście dziewięćdziesiąt dziewięć z jakiejś (pewnie nieistniejącej) winnicy z tradycjami będzie moim jedynym towarzystwem, gdy wykończona i zrezygnowana, powoli dowłokę się do domu.

*NIE PRZYSPIESZY SIĘ SPALANIA
TŁUSZCZU ŻADNĄ HERBATĄ.*

PONIEDZIAŁEK, 18 GRUDNIA

Na kilka dni przed świętami wciąż mam prąd, ale zła passa mnie nie opuszcza. Oczywiście nikt nowy się już nie zapisał. Pewnie tak jak powiedziała Kama, ludzie zastanawiają się, co jeszcze mogą kupić do jedzenia, żeby w najbliższy weekend wcisnąć to w siebie w olbrzymiej ilości, a potem w styczniu panikować, że niespodziewanie przytyli.

Niechętnie zwlekam się z ciepłego łóżka i z na wpół zamkniętymi oczami idę pod prysznic. W mieszkaniu panuje nieprzyjemny chłód, mimo że kaloryfery są podkręcone na maksa. Może się zapowietrzyły? A może spółdzielnia karze mnie w ten sposób za zaleganie z czynszem? Na myśl o tym drzę jeszcze bardziej i opatulam się białym ręcznikiem, świeżo wyciągniętym z szafki.

Materiał frotté po niezliczonych praniach zrobił się szorstki jak papier ścierny. Zirytowana, rzucam go na suszarkę i całkiem goła biegnę do pokoju po szlafrok. Ten jest o wiele bardziej przyjemny w dotyku. Do tego ciepły, a jego zielony kolor dodaje energii. Dopiero po skromnym śniadaniu i kawie wpadam na pomysł, by rozsunąć zasłony.

Widok, który ukazują się moim oczom, jest trudny do opisanie. Powiedzieć, że jest biało, to jak nic nie powiedzieć. Świeży śnieg pokrywa szczelnie każdą powierzchnię i zasłania każdy kolor, który odważył się zaistnieć za oknem. Nowe płatki spadają z nieba w ilości wprost niemożliwej, zupełnie jakby ktoś opróżniał właśnie z puchu tonę poduszek.

Wyteżam wzrok, ale ledwo jestem w stanie zobaczyć gałęzie drzewa, które rośnie pięć metrów od mojego okna. Wiatr zaś zdaje się wiać co najmniej z trzech stron jedno-

częściej. Pcha płatki w różnych kierunkach, wznosi je miejscami do góry, tak jakby chciał je posłać tam, skąd przyszedł, tworzy wiry i inne fascynujące zjawiska. Piękne, ale tylko dla tych, którzy nie muszą zaraz wyjść z domu.

Biegnę do stolika i odpalam komputer. Prognoza pogody informuje, że mamy do czynienia z najzimniejszym (jak dotąd) dniem w roku oraz największą śnieżycą od dwa tysiące cztertnastego. Na zewnątrz panuje temperatura minus szesnaście stopni Celsjusza (odczuwalna: minus dziewiętnaście z powodu wilgoci i wiatru). Meteorolodzy zwracają uwagę, że to dziwne, żeby przy takim mrozie spadało tyle śniegu, ale anomalie pogodowe z roku na rok stają się coraz częstsze, nawet w naszym klimacie.

Nie mam czasu do stracenia! W mieście pewnie wszystko stoi, więc muszę wyjść wcześniej niż zwykle. Szybko narzucam na siebie ubranie, płaszcz i najbardziej nieprzemakalne buty, jakie mam.

Potem okazuje się, że powinnam wziąć jeszcze termos z herbatą i książkę, bo do pracy jadę ponad dwie godziny. Chociaż z drugiej strony długo bym nie poczytała, gdyż półtorej godziny z tych dwóch spędziłam na stojąco.

Przejeżdżające gęsto autobusy i samochody zmieniły świeży śnieg w błotnistą magmę. Wystarczyło dwa razy przejść przez ulicę, by brązowa ciecz zdołała znaleźć drogę do moich (prawie) nieprzemakalnych butów. To, co nie dało rady przesiąknąć przez szwy, wlało się po prostu górą.

Gdy dojeżdżam do gabinetu spóźniona pół godziny, zmęczona staniem w zatłoczonym autobusie, zziębnięta i przemoczona, mam ochotę położyć się na podłodze i płakać. Na szczęście pierwszy pacjent dopiero za trzydzieści minut.

Zaparzam duży kubek herbaty, zdejmuję buty, a skarpetki wieszam na grzejniku, mając w nosie zakaz suszenia na nim mokrej odzieży. W szafie znajduję szpilki, które zostawiłam

tu kiedyś na czarną godzinę. Wprawdzie wysokie, błyszczące lakierki, wsunięte na gołe stopy, w połączeniu z wielkim, brązowym golfem i wełnianymi cygaretkami wyglądają komicznie, ale lepsze to, niż paradować boso. Na szczęście spotkania mam tylko rano. Jak tylko wyjdzie ostatni pacjent, urwę się wcześniej i diety ułożę już w domu, pod kocem.

Trzy godziny później okazuje się, że podjęłam ten cały wysiłek zupełnie niepotrzebnie. Kolejno o dziewiątej, dziewiątej trzydzieści, dziesiątej i jedenastej czekam na próżno, bo pacjenci nie przychodzą. W trzech przypadkach otrzymuję w ostatniej chwili SMS-a z informacją, że delikwent nie dojedzie z powodu pogody, a w jednym – umówiona osoba po prostu nie pojawia się bez uprzedzenia i nie odbiera telefonów.

„Tak musiało być”, „Nie da się dojechać”, „Nie spodziewałem się aż takich korków” i „Czy widzi pani, jaka jest pogoda?!” – to tylko część z wyjaśnień, które odczytuję coraz bardziej zamglonymi oczyma. Szkoda, że nie dali znać wcześniej, oszczędziłabym sobie fatygi.

Zostało mi jeszcze jedno spotkanie o jedenastej czterdzieści pięć – z panią Jadwigą. Nauczona doświadczeniem, wykonuję dwa połączenia, żeby upewnić się, czy pacjentka dotrze. Niestety, w słuchawce słyszę jedynie kanciasty głos proszący o nagranie wiadomości po sygnale. Trudno, muszę czekać.

Chwilę później okazuje się, że są jakieś problemy z łączem internetowym. Oczywiście z powodu pogody. Nie mogę się więc nawet zająć korespondencją mailową. Czas umiłam sobie zatem spacerami w szpilkach po gabinecie i sprawdzaniem, czy moje skarpetki może zrobiły się bardziej suche. Chciałabym do kogoś zadzwonić, ale Mateusz nadal się do mnie nie odzywa, a Kama po piątkowym incydencie wpraw-

dzie już zaczęła, ale dziś cały dzień ma jakieś wywiady i jest nieosiągalna.

Śnieg pada nadal. Pod moim oknem przejeżdża już chyba szósta odśnieżarka. A może to ta sama wpadła w jakąś pętlę czasoprzestrzeni?

Na ulicy jest raczej pusto. Ci, co mieli iść do pracy czy szkoły, już dawno w niej są, a poza tym nikt, kto nie musi, nie wychodzi z domu. Od czasu do czasu trafia się jakiś emeryt przedzierający się przez zaspy do sklepu lub spacerowicz z psem.

Mniejsze pieski ludzie wynoszą na rękach i stawiają na zasnieżonym trawniku tylko po to, by się załatwiły. Oczywiście żaden z właścicieli potem nie sprząta. Wszyscy przestępują tylko z nogi na nogę i rozcierają ręce, pospieszając pupila. Na szczęście śnieg szybko przykrywa żółte i brązowe dowody zbrodni. Na powrót ukazać się światu dopiero po odwilży.

O jedenastej pięćdziesiąt dwie zaciskam zęby i ponownie wybieram numer pani Jadwigi.

- A dzień dobry, pani Judyto, co tam? - Odzywa się stłumiony głos, charakterystyczny dla osoby, która przyciska telefon ramieniem do ucha. W tle szcękają jakieś naczynia.

- Dzień dobry, cóż... byłyśmy umówione. Jakieś siedem minut temu.

- No tak, ale nie widziała pani pogody?

Szczęka opada mi do podłogi. Widziałam, a nawet doświadczyłam jej. Bardzo dogłębnie.

- W taki dzień jak ten to lepiej nie wychodzić - kontynuuje pani Jeżyk. - Można się poślizgnąć albo przewrócić. A już na pewno przeziębic. Ja też dziś nie idę do pracy. Zamieniłam się z koleżanką, co ze mną pracuje na zmianę, bo ona mieszka w tym samym bloku, co jest Zenka sklep. Jej to nic nie robi, że zejdzie po schodach, a ja bym musiała długo jechać.

Bez słowa przenoszę wzrok kolejno na moje sine stopy, przemoczone kozaki i nadal wilgotne skarpetki zwisające smętnie z grzejnika.

- A jednak ja tu przyjechałam i czekam - syczę. - Skoro nie miała pani zamiaru przyjechać, to czemu pani nie zadzwoniła?

- Przepraszam, no ale nie spodziewałam się, że będzie się pani pakować w taki ziąb... - Pani Jadwiga wydaje się równie szczerze co absurdalnie zaskoczona. - Założyłam, że jak każdy, kto może, po prostu nie przyjdzie pani do pracy! Przecież kto normalny, jak nie musi, wychodzi w taki dzień z domu?

PIĄTEK, 22 GRUDNIA

- Chyba będziemy musieli złożyć reklamację. - Pani Celina marszczy nos o wyglądzie dorodnego kartofelka.

- Dlaczego? - pytam.

Nie robi mi się zimno ani gorąco, nie przechodzą mnie dreszcze ani nawet nie łapią skurcze. Chyba przywykłam i nic mnie już nie zdziwi.

- Bo my w ogóle nie schudliśmy przez cały ten czas.

- Z tego, co pamiętam, obfitował on w różnego rodzaju, ekhm, wydarzenia.

- No tak, ale minęły prawie dwa miesiące i powinniśmy jednak trochę schudnąć, a się nie udało. Powinna pani zwrócić pieniądze.

- Pani Celino. - Biorę głęboki oddech. - Czy jeśli po zastosowaniu syropu nadal ma pani kaszel, to idzie pani do apteki po zwrot pieniędzy?

- Niech pani nie odwraca kota ogonem! - Pani Celina wierci się niespokojnie jak kwoka na zimnych jajkach. Pan Czesław nawet nie podnosi wzroku, wpatrzony w marynarkę zwiniętą na kolanach i ukryty pod nią telefon. - Zresztą syrop tyle nie kosztuje.

- Czasem to nie вина syropu - brnę w moją błyskotliwą metaforę. - Nie działa, bo zachodzą jakieś okoliczności zdrowotne, o których nie wie przepisujący go lekarz. Ani wydający go farmaceuta. Albo jak pacjent stosuje go niezgodnie z ulotką.

- Co pani sugeruje? Przecież my się staraliśmy!

- Pani Celino, w ciągu tego miesiąca zdarzyło się państwu wyjechać na dwudniowe wesele, gotować potrawy, których nie było w jadłospisie, dodawać do posiłków produkty, któ-

rych nie uwzględniałam w diecie, i jadać kolacje przed północą.

- No, ale wszystko inne robiliśmy tak, jak trzeba! I zaraz, zaraz... jakie posiłki, których nie było w jadłospisie?

- Pieczarkowa ze śmietaną i karkówka. A przynajmniej o tych dwóch mi wiadomo. - Posyłam znaczące spojrzenie panu Czesławowi. Mężczyzna nawet nie unosi głowy, tymczasem policzki jego żony próbują się zrównać kolorem ze szminką na ustach.

- Och, karkówka akurat była w promocji - mówi z wyrzutem. - A pieczarki miałam w lodówce i musiałam jakoś wykorzystać. A jak miałam niby zrobić zupę bez śmietany?

- Do tego przez dziesięć dni była pani w sanatorium i stosowała inną dietę niż zalecona. - Jestem bezlitosna.

- Ach, zapomniałam pani powiedzieć! Po tym jak rozmawiałyśmy w tamtą sobotę, zadzwoniłam tam i wie pani, jakie miałam szczęście? Ktoś zrezygnował i udało mi się zamienić mój turnus na styczniowy!

No nie. To chyba jakiś żart?!

- To chyba niepotrzebnie układałam panu Czesławowi specjalne, proste posiłki, skoro była pani na miejscu?

I spędziłam nad tym prawie dwie godziny więcej, niż bym mogła, zamiast jechać na urlop. Nie mówiąc już o wróceniu z fusów na temat tego, co serwuje na obiadokolację sanatorium w Polanicy Zdrój.

- No tak, byłam, ale jeszcze potem się okazało... zabawna historia!

- Co takiego?

Myślałam się. Wciąż coś jest w stanie mnie zadziwić, a kark sztywnieje mi dotkliwie w chwili, gdy sobie to uświadamiam.

- Powtórzyliśmy Czesławowi badania po tamtym weekendzie i okazało się, że jego wątroba jest jednak w normie.

Do bólu karku dołącza szum w głowie.

- Lekarz twierdzi, że musiał być błąd w laboratorium albo to było chwilowe po antybiotykach, które brał ostatnio na *helicobacter*. - Pani Celina jest autentycznie ubawiona. - A my się tak martwiliśmy, prawda Czesław?

- Mhm. - Mężczyzna podrywa głowę, jakby chciał sprawdzić, z czym właśnie się zgodził. - Tak, kochanie.

O *helicobacter* oczywiście pierwsze słyszę, ale bardziej zajmuje mnie fakt, że nie pojechałam na wymarzone wakacje i nie zaręczyłam się z wieloletnim chłopakiem przez nieistniejące stłuszczenie wątroby i nieistniejący wyjazd do sanatorium.

- Więc na szczęście wszystko się dobrze skończyło - ćwierka pani Celina. - A zamiast tej diety na wątrobę stosowaliśmy po prostu tę wcześniejszą. Tylko teraz mamy prośbę. Skoro nie chce pani oddać pieniędzy i ponieważ ta wątrobową w końcu się nie przydała, to może nam pani teraz ułożyć zamiast niej taką zwykłą?

* * *

- A nie mówiłam? - Pani Jadwiga rzuca mi spojrzenie osoby dobrze znającej życie. - Wystarczy chłopca na chwilę spuścić z oka i co się dzieje?

- Całe szczęście, że panu Januszowi nic nie jest.

- Tak, nie jest... ale ten stary dureń siedział mi trzy dni na głowie, bo przecież nie mógł mieszkać sam, jak jest taki chory. I kto przez te trzy dni musiał mu gotować te lekkostrawne mamałygi? Ja!

Natapirowany czarny hełm pani Jeżyk kiwa się z dezaprobatą. W głowie mi się kręci od tej nowoczesności. Tak bardzo, że nawet nie zauważam przytyku o mamałygach. Zresztą - trudno! Zasłużył sobie, to ma. Może zmądrzeje,

jak przyjdzie mu przez miesiąc jeść purée, krupnik na ryżu i gotowane mięso.

– Jestem pełna podziwu dla pani, pani Jadwigo. Naprawdę. A jak się czuje pan Janusz? Dzwoniłam parę razy do niego, ale nie oddzwonił.

– A, nawet nie wiem. Powiedziałam, że nie mam czasu go niańczyć, to przeniósł się do matki. Pani napisze do niego maila. Jaruś zsynchronizował mu ostatnio komórkę z mailem. Na pewno odbierze. Uff, wreszcie odetchnę trochę z ulgą, bo praca, dzieci, mama, pies i były mąż na głowie to już trochę za dużo jak na mnie. Zaczęłam się zamieniać w drugą Lucynę!

– A właśnie, co u pani siostry? Od niej też od jakiegoś czasu nie mam wieści.

– A co ma u niej być? Dalej gruba jest. Ale nic dziwnego! Ja do Zenka nic nie mam, dobrym szefem jest i przyzwoitym szwagrem. Ale męża to z niego nie ma! Lucyna cały dzień zasuwa w domu i obejściu. Słodyczne podgryza, bo nie ma czasu usiąść ani kanapki sobie porządnej zrobić. A potem dojada resztki po rodzinie, bo nie chce jej się już gotować dla siebie. A tam każdy dzieciak co innego chce dostać, wyobraża sobie pani? Dorosłe byki, a wszyscy pozwalają się matce obsługiwać jak służącej jakiejś. Takie to rozpuszczone! Wstyd! Ja to bym ich zaraz...! Tyle razy jej mówiłam! A ona i tak swoje. Zupełnie jak mama kiedyś, ale ona w końcu się postawiła. Tatuś był w ciężkim szoku, a potem... potem umarł niestety.

– To na pewno trudna sytuacja – zgadzam się. – A wracając do pani diety, jak sobie pani radzi na obniżonej kaloryczności?

– Średnio. Dziś na przykład strasznie głodna jestem. Dopiero za dwie godziny mam obiad, ale chyba nie wytrzymam. Czy mogę coś małego zjeść, tak w drodze wyjątku?

- Co takiego?

- Nie wiem. Cokolwiek. Jakiś mały serek, jogurcik, jabłko. Żeby mi w tym brzuchu tak nie burczało. Może jabłko, bo strasznie mam ochotę na coś słodkiego!

- Dobrze, niech będzie jabłko - pozwalam. - Ale tylko ten jeden raz. Schudła pani prawie trzy kilo od naszego ostatniego spotkania. Szkoda by było to zepsuć.

- Oczywiście! - zapewnia pani Jadwiga. - A jak będzie pani pisała do tego mojego Janusza, to niech go pani zapyta, czy on dalej je grzecznie te mamałygi. Bo jak nie, to ja tam pojadę i mu te chude nogi z dupy powyrywam!

* * *

Może i najmłodszy syn państwa Jeżyk zsynchronizował ojcu mail z telefonem, ale najwyraźniej zapomniał nauczyć go, jak z niego korzystać. Mija kilka godzin i nie dostaję żadnej odpowiedzi.

Zaczynam się trochę niepokoić. A co, jeśli dieta mu nie pomogła i znowu wylądował w szpitalu? Nie. Nie. Nie. To niemożliwe. Przecież umiem układać dietę lekkostrawną! A właściwie łatwostrawną, bo tak się ją fachowo nazywa. Nic złego nie mogło się stać, pewnie po prostu wypoczywa u mamusi i zostawił telefon gdzieś w kurtce albo coś.

Dobrze, że mój Mateusz nie jest taki lekkomyślny i niezadany. Mój Mateusz. Chłopak nie odzywa się do mnie od dwudziestu dni, a ja wciąż nie wiem, co zrobić z pierścionkiem, który jak przyrośnięty tkwi na stoliku w cholernym ślicznym pudełeczku. W dodatku już pojutrze Wigilia, którą mieliśmy po raz pierwszy spędzić razem u jego rodziców.

Państwo Jaworscy mieszkają pod Pułtuskim. Rzadko się widzimy i słabo znamy. Tata jest adwokatem, a mama zajmuje się domem. Czy już opowiedział im o naszej kłótni? Czy odwołał nasze wspólne święta i nasze wspólne życie?

Pani Jadwiga poszła dobre dziesięć minut temu, a więcej pacjentów już dziś nie będzie. Mimo wczesnej pory urywam się więc z pracy. Niechętnie nakładam płaszcz, czapkę i wychodzę wprost w niegościnną zamięć. Mróz zelżał w drugiej połowie tygodnia, ale nadal jest solidne minus dziesięć. Płatki śniegu fruwały we wszystkich kierunkach jak napompowane kofeiną. Grupka poubieranych w odbłaskowe kurtki dzieci, które mają już ferie świąteczne, ciągnie sanki do pobliskiego parku, śmiejąc się donośnie. Po raz pierwszy od kilku lat święta będą białe.

Jak to zwykle bywa w takich przypadkach, po dziesięciu bardzo długich minutach spędzonych na przystanku staje się dla mnie jasne, że żaden tramwaj już nie przyjedzie. Awaria lub wypadek – to najczęściej się przydarza, kiedy człowiekowi naprawdę zależy, by pojazd przyjechał jak najszybciej. Klnę pod nosem i decyduję się pojechać autobusem. O tej porze jeszcze nie powinno być korków. Szczękając zębami, brnę pod wiatr, przemierzając kolejnych pięćdziesiąt metrów w zaskakująco wolnym tempie. Mijam skwer pełen rozkrzyczanych dzieci walczących na śnieżki, duży sam spożywczy i zielony (a właściwie dziś już całkiem biały) kiosk Ruchu. Brakuje mi dosłownie trzydziestu sekund, żeby zdążyć na autobus, który odjeżdża, gdy przestępując z nogi na nogę, stoję na czerwonym świetle.

Klnę, ale już wcale nie pod nosem, gdy z rozkładu dowiaduję się, że następny dopiero za siedemnaście minut. No tak, taka jest cena za urwanie się z pracy przed godzinami szczytu.

Obejmuję się ramionami, splatam nogi i staram schować w szaliku tę część twarzy, która nie jest pokryta czapką. Nagle coś po drugiej stronie ulicy przykuwa moją uwagę. Jakaś postać w szarym pikowanym płaszczu obszytym sztucz-

nym futerkiem wyłania się z samu z trzema wypchanymi po brzegi reklamówkami.

Staram się wyteńczyć wzrok i dojrzeć coś przez wściekle wirujące płatki. Tymczasem tajemnicza postać przystaje tuż przed sklepem, zdejmuje jedną z czerwonych rękawiczek, wyciąga coś z jednej z toreb i zbliża to do ust.

Czy to nie pani Jadwiga, która zamiast jabłka konsumuje właśnie wielgachnego pączka?!

* * *

Dochodzi osiemnasta, a pan Janusz nadal się nie odzywa. Jestem już w domu i przeklinam decyzję o wcześniejszym wyjściu z pracy, bo okazało się, że w moim bloku jest awaria ogrzewania. Tkwię pod kocem z paczką tanich podróbek Delicji (ostatni raz! Po świętach dieta!) i wciśniętym w zgrabiałe dłonie kubkiem herbaty, tylko odrobinę zaprawionej wiśniówką (na rozgrzewkę!). Ileż bym teraz dała za wannę pełną gorącej wody! Niestety w mojej łazience jest tylko wąska kabina prysznicowa, do której można wejść, jeśli zgrabnie ominie się sedes i nie nabije guza o kant pralki. Ciekawe, czy Mateusz już pojechał do rodziców czy jeszcze jest w Warszawie. Tak czy siak, jego wanna już nie dla mnie.

Lodówka jest prawie pusta, więc chyba nawet nie będę musiała czekać do „po świętach”, żeby zacząć się odchudzać. Kama z siostrą pojechały do rodziców do Wołomina i zostaną tam do wtorku. Moja matka zaś od dawna wie, że na święta wyjeżdżam, a ja nie zamierzam jej wyprowadzać z błędu. Na wszelki wypadek będę się trzymać z daleka od Ursynowa, a to nie będzie trudne. Nie przez przypadek zamieszkałam na Bródnie.

Gdy ostatnio do mnie dzwoniła, usłyszałam, że to nawet dobrze się składa, że jadę do przyszłych teściów. Może Ma-

teusz wreszcie się oświadczy i założymy rodzinę jak normalni ludzie, zamiast się bawić w podchody. Na koniec usłyszałam jeszcze, że może na żywieniu tego nie uczą, ale żebym pamiętała o swoim zegarze biologicznym, bo młodsza się nie robię, a ona w moim wieku, oprócz skończonych PORZĄDNYCH studiów, miała już dwójkę dzieci.

Mateusz się oświadczy? Gdyby tylko wiedziała, jak daleka jest w tej chwili od prawdy. Sięgam po kolejne ciastko i łzy napływają mi do oczu. Trzy lata... nie mogę ich zaprzepaścić z powodu takiej głupoty! I po co to wszystko mi było? Żeby uszczęśliwiać ludzi na siłę i próbować im sprzedać coś, czego potrzebują, ale w rzeczywistości wcale tego nie chcą?

Zeskakuję z sofy, zrzucając ciastka na podłogę i prawie wybijając zęby o stół, bo noga zaplątała mi się w koc. W dwóch susach pokonuję cztery metry zimnego pokoju i wydobywam komórkę z kieszeni płaszcza.

Kochanie bardzo cię przepraszam, wstyd mi z powodu tego wyjazdu i że nie mówiłam ci prawdy, ale tak strasznie było mi głupio! Nie obrażaj się już i spędźmy razem święta, obiecuję, że ci to wynagrodzę!

- *TRZEBA BYĆ NIEPOWAŻNYM, ŻEBY
ZAJMOWAĆ SIĘ TYMI WSZYSTKIMI
DIETAMI.*
- *TU SIĘ NIE ZGODZĘ. DIETĄ MOŻNA
WSPOMAGAĆ LECZENIE WIELU
CHORÓB.*

NIEDZIELA, 24 GRUDNIA

Jest Wigilia i znowu jestem szczęśliwa! Siedzę przy drewnianym stole nakrytym koronkową serwetą, w domu rodziców Mateusza. Zbliża się osiemnasta i niedługo będziemy siadać do wieczerzy. W kominku trzaska ogień, a na stole pyszną się eleganckie półmiski pełne śledzi w oleju, grzybków w occie, kapusty z grochem, smażonych kawałków karpia i pierogów.

Mecenas Jaworski, ubrany w odświętną koszulę, niesie wazę wypełnioną po brzegi aromatyczną grzybową, poganiany gromkimi okrzykami swojej żony, która jedną ręką kroi pieczywo, a drugą miesza sałatkę jarzynową. Dwukrotnie pytałam, czy mogę w czymś pomóc, ale kategorycznie kazała mi – gościowi honorowemu, jak również jej przyszłej synowej – usiąść i grzecznie czekać.

Mateusz został oddelegowany do przyniesienia z garażu kilku słoików z przetworami i zgrzewki wody mineralnej. Marcin, jego starszy brat, walczy z wieżą stereo, która buntuje się przeciwko odtwarzaniu płyty z kolędami, a jego żona Milena poszła na górę przebrać dzieci do kolacji, chociaż ich ubranka nie będą czyste pewnie dłużej niż dziesięć minut.

W całym pomieszczeniu unosi się zapach świeżego drzewka (ozdobionego chyba setką kolorowych bombek), świątecznego jedzenia i radosnej krzątania. Tylko jedna rzecz nie pozwala mi się całkowicie odprężyć.

– Dokąd idziesz? – Mateusz wyłania się z przedsionka akurat wtedy, gdy czmycham z jadalni i cichcem przemyskam przez hol. Musiał przechodzić na skróty pod świerkiem

obok garażu, bo grzywkę ma pokrytą garścią na wpół stopniałego śniegu.

- Ja... wiesz, pomyślałam, że zanim usiadziemy do kolacji, zadzwonię może do mamy, złożę życzenia i w ogóle...

Mateusz mruży oczy i odstawia zgrzewkę niegazowanej wody na podłogę.

- Mówiłaś, że ciągle się ostatnio kłócicie. Po co masz sobie psuć humor? Zadzwonisz jutro rano.

Spojrzeniem daję mu do zrozumienia, że podjęłam już decyzję. Mateusz unosi ręce na znak kapitulacji.

- Dobra, tylko nie mów, że nie ostrzegałem.

Uśmiecham się do niego i naciskam klamkę drzwi na lewo od schodów. Dodatkowe pomieszczenie na parterze rodzice Mateusza przeznaczyli na pokój gościnny, pełniący od czasu do czasu funkcję gabinetu pana domu. Na jego wyposażenie składają się dębowe biurko z krzesłem, rozkładana sofa, niska komoda i regał z książkami. Przemykam drzwi i podchodzę do okna, by złapać zasięg. Szybko wstukuję kilka słów w okienko wiadomości i wysyłam do mamy, żeby mieć alibi. Następnie, oglądając się niespokojnie za siebie, wybieram numer pana Janusza.

- Halo, halo? Kto mówi? - Wesoły, męski głos wybrzmiewa na tle dźwięków kolęd, pobrzękiwania naczyń i podekscytowanych głosów przynajmniej trzech osób.

- To ja, Judyta Jodełka. Pana dietetyk, panie Januszu.

- A dzień dobry, dzień dobry. Wesołych Świąt!

- Wzajemnie. Chciałam zapytać, jak się pan czuje i jak panu idzie przestrzeganie diety łatwo... to znaczy lekkostrawnej?

...którą układałam tyle cholernych godzin, zamiast dekorować pierniczki!

- Jak się czuję? Ha ha ha. - Rubaszny śmiech nie wróży dobrze. Jakiś podniesiony głos w tle nawołuje mężczyznę do

zakończenia rozmowy, powrotu z balkonu i natychmiastowego pojawienia się w kuchni. Bez trudu rozpoznaję panią Jadwigę. Faktycznie, nowocześnie. – W tym tygodniu znowu byłem w szpitalu. – Pan Jeżyk ścisza głos, a po chwili słyszę charakterystyczne dmuchanie, sugerujące, że właśnie podpałił zakazanego papierosa. – Czułem się dobrze i stwierdziłem, że nie ma co wydziwiać z tymi leczniczymi posiłkami. Ostatni tydzień spędziłem u mamy, a tam, rozumie pani, przygotowania do świąt pełną parą! Tyle było pysznych rzeczy, że nie wytrzymałem. Skubnąłem trochę pierogów z grzybami, śledzi, kapusty.

Czyli ciężkostrawnych produktów absolutnie niewskazanych w pierwszych dwóch miesiącach po ostrym zapaleniu trzustki!

– Panie Januszu! – wykrztuszam. – Mógł sobie pan strasznie zaszkodzić! A pani Jadwiga tak się o pana martwiła...

– Wie pani, jakie są kobiety! – Niemal widzę, jak pan Jeżyk puszcza do mnie oko, zaciągając się papierosem. – Ciągłe panikują i wyobrażają sobie, że zaraz nie wiadomo co się stanie.

Faktycznie. Blisko dziesięcioprocentowa śmiertelność z powodu ostrego zapalenia trzustki to nic nieznaczący drobiazg, którym nie warto się przejmować!

– Jadzia to mnie pilnuje. – W głosie mężczyzny słyszę prawie wyrzut. – Odkąd przyjechałem, nie pozwala mi się zbliżać do tłustego...

– I bardzo dobrze – wtrącam.

– ...ale i tak udało mi się złapać w locie kilka pierogów z kapustą i kawałek smażonego karpia, jak nie patrzyła – oznajmia z radością pacjent. – Ona jeszcze o tym nie wie, ale chyba znów coś zaczyna mnie troszkę pobolewać z prawej strony.

– C-co takiego?

- Ale dziś to nikt mnie stąd do szpitala nie wyciągnie, a przynajmniej nie przed deserem. Nie ma pani pojęcia, jaki sernik piecze moja była żona!

Przez chwilę nie jestem w stanie wykrztusić nawet słowa. A potem podejmuję decyzję. Przynajmniej w jednym pan Janusz Jeżyk miał rację - co za dużo, to niezdrowo!

- Do widzenia, panie Januszu - mówię. - Wesołych Świąt!

Rozłączam się i przez chwilę wpatruję w bajkowy pejzaż za oknem. Niebieskawy śnieg mieni się w świetle padającym z okien i latarni. Lampki, którymi przystrojone są świerki w ogrodzie, połyskują na złoto i przywodzą na myśl obrazy z jakiegoś świątecznego filmu familijnego. Na trawniku przykrytym puchem stoi bałwan z prawdziwą marchewką zamiast nosa, ulepiony dziś rano przez dwóch urwisów - bratanków Mateusza. Jest pięknie. I tak spokojnie. Czy nie o to właśnie w tym wszystkim chodzi?

Delikatne chrząknięcie za moimi plecami wyrywa mnie z zamyślenia. Mój chłopak, a właściwie już narzeczony, stoi w drzwiach, opierając się o futrynę, z kraciastą, kuchenną ściereczką przerzuconą przez ramię. Jego spojrzenie mówi więcej niż tysiąc słów.

- Już po wszystkim? - pyta łagodnie.

- Mhm.

- I było warto?

- Nie. - Uśmiecham się. - Zupełnie nie.

*JEDZENIE TO TYLKO JEDZENIE.
OSZALEĆ MOŻNA, JAK SIĘ TAK CIĄGLE
MYŚLI, CO W NIM JEST!*

WTOREK, 9 STYCZNIA

- Szkoda, że pani odchodzi! - Pani Jadwiga opiera się wygodnie o poduszki sofy.

Patrząc na nią, nie mogę się pozbyć sprzed oczu widoku wielkiego pączka. Nie powiedziałam jej, że tamtego dnia przyłapałam ją na gorącym uczynku. To już nie mój problem.

- No niestety. Tak wyszło. Nie mogę już prowadzić gabinetu.

- Dziwne, że tak szybko się pani poddaje. Może pani to jeszcze przemyśli?

- Niestety, to niemożliwe.

- Hmm, a może w ciąży pani jest? - Pani Jadwiga posyła mi podejrzliwe spojrzenie.

- Nie, nic z tych rzeczy - odpowiadam, ale brzucha już nie wciągam. Jestem wolna i mam w głębokim poważaniu to, co o moich fałdach pomyślą inni!

- Polecałam panią tylu różnym osobom i gdzie oni teraz pójdą?

- Może znajdzie się na to rada...

Po decyzji, którą podjęłam w Wigilię, sprawy potoczyły się bardzo szybko. Dałam ogłoszenie w Internecie i okazało się, że wiele osób po moim przyszłościowym kierunku marzy o założeniu firmy i osiągnięciu sukcesu. Na mój anons odpowiedziały aż cztery osoby. I to pierwszego dnia!

Wczoraj podpisałam umowę z dwudziestosześcioletnią Klaudią, absolwentką żywienia człowieka i psychologii (jak ona, do cholery, zrobiła dwa kierunki za jednym zamachem?!), która z dniem pierwszego lutego przejmie ode mnie całe wyposażenie gabinetu, łącznie z Fotelem Prezesa

i kredytem na nie zaciągniętym. Zobowiązała się również, że przez minimum cztery miesiące będzie prowadziła działalność w dotychczasowym lokalu i zajmie się pacjentami, których po sobie pozostawiam.

Tego samego dnia wyrejestruję się z urzędu dzielnicy, ZUS-u, urzędu skarbowego i rozpocznę pracę jako redaktorka działu Zdrowie w miesięczniku „Ja!”. Okazało się, że Kama mnie wkłęcała i tak naprawdę nie zrobiono żadnej rekrutacji. Początkowo byłam wściekła, ale nie potrafię się na nią gniewać teraz, gdy wszystko tak świetnie się ułożyło.

Moja matka była przeszcześnieśliwa, że – tak jak prognozowała – nie wyszło mi z firmą, ale w końcu udało mi się ją częściowo przekonać, że to nie była konieczność, tylko moja własna decyzja powodowana pragnieniem rozpoczęcia pracy w mediach. Poza tym wieść o zaręczynach pochłoneła ją bez reszty i pozwoliła na szybką zmianę tematu rozmowy.

To jeszcze nie wszystko! Będąc na fali życiowych zmian, postanowiłam spełnić swoje wielkie marzenie i od marca rozpoczynam roczny kurs na projektantkę wnętrz. Mateusz pożyczył mi pieniądze, które zwrócę, gdy tylko finansowo odbiję się od dna. Chciał mi podarować ten kurs w prezencie świątecznym, ale stanowczo się sprzeciwiłam. To moje życie, mój bałagan i muszę posprzątać go sama.

Nawet jeśli projektowanie nie stanie się kiedyś moim głównym zajęciem, to przynajmniej będę sobie mogła powiedzieć, że próbowałam, i potraktuję to jako hobby lub dorywczą pracę. Moja matka oczywiście o niczym nie wie.

– Inna osoba to już nie to samo! – Pani Jeżyk krzywi się naburmuszona.

– Klaudia jest po studiach psychologicznych, może będzie wiedziała trochę więcej o motywacji pacjentów niż ja.

– Jakiej motywacji? Ja jestem świetnie zmotywowana!

- Tak, wiem. - Kiwam głową, udając, że się zgadzam. - A proszę mi powiedzieć, co z panem Januszem?

- Ach, niech pani mi nie przypomina o tym starym durniu!

- Pani Jadwiga wyprowadza silny cios w podłokietnik wielbłądziej, jeszcze mojej sofy. - Tak nam zepsuć święta! Wyobraża pani sobie, że zamiast siadać do wigilijnej kolacji, musieliśmy wieźć go na ostry dyżur, bo się zaczął skręcać z bólu?

- Co też pani mówi, pani Jadwigo? - Staram się wyglądać na zdziwioną.

- Wyobraża sobie pani, że ten jełop podżarł pokątnie jakieś pierogi, rybę i coś tam jeszcze, jak byłam zajęta gotowaniem? Stary chłop, a durny! A w szpitalu się okazało, że w tygodniu też go tam ratowali, bo się u matki czegoś narzął. Czy pani się to mieści w głowie?

- Nie, zupełnie nie. - Przecząco kręcę głową, wydymając usta. - Ale żyje?

- Żyje, a jakże! Jełop wredny. Padalec! Ale w tym szpitalu został na całe święta. Na głodówce! Dobrze mu tak! - Pani Jadwiga uderza dłońmi o kolana. - Bo na tym ostrym dyżurze oczywiście kupa ludzi, jak to w święta... jak żeśmy wrócili z dzieciakami, to było już dobrze po pierwszej! Wszystko na stole wystygłe, zimne, niedobre takie...

- No to faktycznie...

- Zadzwoiłam do jego matki i jej nawrzucałam, że nie potrafiła jełopa dopilnować! A ta do mnie jeszcze stwierdziła, że zdrowo wyglądał i że skoro u mnie też zachorował, to ja też nie potrafię! Wyobraża sobie pani?! Powiedziałam, że jak nie umie zadbać o to, żeby synek jej nie zszedł, to on się teraz przenosi do mnie.

- I co powiedziała? - Jestem autentycznie zainteresowana dalszym ciągiem tej historii.

- Że jak chcę, to żebym go sobie brała, zamiast dziwy wy-
czyniać z rozwodami. Bo jej się go niańczyć nie chce!

- I wzięła pani.

- A jakże! Nikt go nie postawi do pionu tak jak ja. Niech
tylko wyzdrowieje, już ja go wezmę w obroty!

- Pani Jadwigo, proszę wybaczyć wścibstwo, ale dlaczego
właściwie się państwo rozwiedli?

- Bo jak się powiedziało „A”, to trzeba też powiedzieć „B”.

- Nie rozumiem?

- Bo my żeśmy się pokłócili. O to, że on taki nierozgarnię-
ty, że niby inżynier, a nieszczęsnej pralki nawet nie umie
włączyć, że trójkę dzieci to łatwo mu było spłodzić, a potem
wszystko w domu na mojej głowie. Padalec nic w domu nie
robi, tylko go jeszcze obsługiwać trzeba!

- I? - Nadal do końca nie rozumiem.

- I tak żeśmy się kłócili, aż w końcu poszło na noże i żeby
sprowadzić go trochę do parteru, zażądałam rozwodu.

- A on?

- A ten dureń myślał, że ja tak na poważnie, i się zgodził!
Wyobraża sobie pani? Nie chciałam wyjść na niepoważną,
to - tak jak zostało powiedziane - żeśmy ten rozwód wzięli.

Otwieram szeroko oczy ze zdumienia.

- Rozwiodła się pani, żeby postawić na swoim, chociaż tak
naprawdę wcale nie chciała się pani rozstawać z mężem?

- Dokładnie tak. Ale wie pani, to sprawa honoru. - Pani Ja-
dwiga unosi brwi i dumnie krzyżuje ręce na piersi. - Zawsze
uważałam, że trzeba być w życiu konsekwentnym!

POSŁOWIE

Odchudzanie to coś, czego większość z nas próbowała przynajmniej raz w życiu (z różnym skutkiem). Jedno jest pewne – łatwo nie jest. A w dodatku, często okazuje się, że wprowadzie chcemy schudnąć, ale niezupełnie chce nam się odchudzać!

Książka, którą trzymasz w ręku, nie jest wcale poradnikiem z informacjami o diecie czy o odchudzaniu, tylko... powieścią obyczajową. Nie znajdziesz w niej porad ani zestawu przepisów, a jednak, jeśli dokładnie się wczytasz, dowiesz się, co robić (a czego zdecydowanie nie), żeby schudnąć i czuć się lepiej.

To historia młodej dietetyczki Judyty, która zмага się z samodzielnym prowadzeniem poradni dietetycznej. Być może myślisz, że ta książka to nic innego jak zapis moich własnych doświadczeń, a pacjenci tacy jak pani Jadwiga, pani Celina albo pan Czesław istnieją gdzieś naprawdę. Ale tak nie jest.

Wydarzenia i sytuacje opisane w tej powieści nigdy nie miały miejsca (choćby mogłyby się wydarzyć), a wszystkie postacie (łącznie z Judytą) zostały od początku do końca wymyślone. Na etapie powstawania i redakcji książki wiele osób zadawało mi pytanie, czy Judyta to ja. Chociaż pisząc książkę, siłą rzeczy czerpałam ze swojej wiedzy i doświadczenia (jestem w końcu dietetyczką), to z główną bohaterką – oprócz tego, że wykonujemy ten sam zawód i obie jesteśmy kobietami – nie mam właściwie nic wspólnego. Ona i cała reszta to tylko wytwór mojej wyobraźni – który, mam nadzieję, przypadnie do gustu czytelnikom.

Moja Judyta współpracuje z pacjentami, którzy prezentują szerokie spektrum postaw i problemów. Większość z nich

pragnie schudnąć, niektórzy mają dodatkowe problemy zdrowotne, np. wysoki poziom cholesterolu lub stłuszczenie wątroby. Są to osoby bardzo różne, ale łączy je jedno – wszystkim wydaje się, że przejście na dietę to sprawa prosta i czynność, w której... nie będą musieli brać większego udziału.

W swojej książce *Schudnij bez diety* poświęciłam sporo uwagi powodom, dla których odchudzanie zwykle nam nie wychodzi. Pisałam w niej o przerzucaniu odpowiedzialności za swoje żywienie na dietetyka, o odkładaniu wszystkiego na później, o oszukiwaniu samego siebie, sile utrwalonych nawyków, które chcą wracać przy każdej możliwej okazji, braku samoakceptacji, lęku przed porażką i szukaniu dróg na skróty. To wszystko odnajdziesz także w tej powieści, ale nie w formie listy czy w tabeli, tylko pokazane na konkretnych barwnych przykładach.

Główna bohaterka dzielnie zмага się z problemami swoich pacjentów, ale sama też ma kłopoty, słabości i stresy, które... lubi zajadać. Nie trzeba dodawać, że ma to swoje konsekwencje, które tylko pogłębiają jej problemy i pokazują, że każdy, nawet specjalista dietetyk, może się pogubić, kiedy brak mu dystansu do swojego życia i odżywiania.

Chciałabym, żeby lektura *Dietetyka na talerzu* pozwoliła Wam spojrzeć na siebie i swoje odżywianie z takiego dystansu, wyjaśniła pewne sprawy i uporządkowała (często błędne) przekonania na temat diety i odchudzania.

Zależy mi też, by do życia i diety podchodzić z dystansem (i humorem), a w sprawach żywieniowych odpuścić nieco sobie i swojemu otoczeniu (małżonkom, rodzicom, dzieciom, przyjaciołom...). To naprawdę ważne, żeby nie popaść w skrajności – którymi są zarówno niezdrowe odżywianie, jak i przesadnie restrykcyjna dieta. W końcu nie samą dietą człowiek żyje.

**Dietetyk na talerzu.
Odchudzanie dla opornych**

Agata Lewandowska

Copyright © 2019 by Wydawnictwo RM
03-808 Warszawa, ul. Mińska 25
rm@rm.com.pl
www.rm.com.pl

Żadna część tej pracy nie może być powielana i rozpowszechniana, w jakiegokolwiek formie i w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny) włącznie z fotokopiowaniem, nagrywaniem na taśmy lub przy użyciu innych systemów, bez pisemnej zgody wydawcy. Wszystkie nazwy handlowe i towarów występujące w niniejszej publikacji są znakami towarowymi zastrzeżonymi lub nazwami zastrzeżonymi odpowiednich firm odnośnych właścicieli.

Wydawnictwo RM dołożyło wszelkich starań, aby zapewnić najwyższą jakość tej książki, jednakże nikomu nie udziela żadnej rękojmi ani gwarancji.

Wydawnictwo RM nie jest w żadnym przypadku odpowiedzialne za jakąkolwiek szkodę będącą następstwem korzystania z informacji zawartych w niniejszej publikacji, nawet jeśli Wydawnictwo RM zostało zawiadomione o możliwości wystąpienia szkód.

ISBN 978-83-8151-207-7
ISBN 978-83-8151-208-4 (epub)
ISBN 978-83-8151-209-1 (mobi)

Edytor: Justyna Mrowiec

Redaktor prowadzący: Irmina Wala-Pęgierska

Redakcja: Justyna Mrowiec

Korekta: Mirosława Szymańska

Projekt okładki: Barbara Niewiadomska

Zdjęcie na okładce: Shutterstock.inc

Edytor wersji elektronicznej: Tomasz Zajbt

Opracowanie wersji elektronicznej: Marcin Fabijański

Weryfikacja wersji elektronicznej: Justyna Mrowiec

W razie trudności z zakupem tej książki prosimy o kontakt z wydawnictwem:
rm@rm.com.pl